

Univerzita Karlova  
Pedagogická fakulta

Katedra Pedagogiky

## DIPLOMOVÁ PRÁCE

**Vlastní sebepojetí a profesní sebepojetí adolescentů na středních školách**

**Self- concept and profesional self- concept of adolescent at secondary schools**

**Bc. Andrea Hušková**

Vedoucí práce: PhDr. Michal Zvírotsky, Ph.D.

Studijní program: N Mgr. Pedagogika

Studijní obor: Učitelství pedagogiky pro střední školy a vyšší odborné školy

V Praze 2020

Odevzdáním této diplomové práce na téma Vlastní sebepojetí a profesní sebepojetí adolescentů na středních školách potvrzuji, že jsem ji vypracovala pod vedením vedoucího práce samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Dále potvrzuji, že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze 22. 4. 2020

## **Poděkování**

Děkuji panu PhDr. Michalovi Zvírotskému, Ph.D. za souhlas s vedením mé diplomové práce. Za velmi užitečnou metodickou pomoc, kterou mi při vypracování mé diplomové práce poskytl, za jeho odborné rady, ochotu a vstřícnost.

Chci touto cestou také poděkovat všem přátelům a pedagogickým pracovníkům, kteří na mé práci spolupracovali. A děkuji všem žákům, kteří vyplnili dotazníky a poskytli rozhovory.

Také děkuji Mgr. Tereze Švecové za přečtení diplomové práce a její jazykovou korekturu.

Andrea Hušková

## **ABSTRAKT**

Diplomová práce se bude zabývat vztahům sebepojetí adolescentů k jejich životním plánům. Práce bude zaměřena na problematiku svého a profesního sebepojetí adolescentů třetích a čtvrtých ročníků středních škol.

Cílem práce je popsat vztah žáků středního odborného učiliště a střední odborné školy k sobě samým, jak se hodnotí, jak o sobě smýšlejí, dále vztah k profesnímu sebepojetí, jejich budoucí cíle spojené s profesním životem a dalším vzděláváním.

V teoretické části se budu zabývat pojmu sebepojetí, jeho vývojem od dětství až po adolescenci, vývojem vlastního a profesního sebepojetí, významem životních plánů pro budoucí život adolescentů za pomoci odborné literatury české i zahraniční. V závěru teoretické části budou položeny teoretické základy pro výzkumné šetření, které bude obsahem praktické části této práce.

V empirické části práce bude analyzován průzkum na středních školách, který se zaměří na vlastní a profesní sebepojetí vybraných žáků čtvrtých ročníků středních odborných škol a třetích ročníků středních odborných učilišť. Bude zvolena kombinace kvalitativního a kvantitativního výzkumného přístupu. Pomocí dotazníku, deskripce, komparace budou zjišťovány a objasňovány vztahy sebepojetí dnešních adolescentů k jejich životním cílům, budoucímu profesnímu životu a náhled na další profesní rozvoj a vzdělávání. Na základě teoretických poznatků a analýzy empirické části budou navrženy doporučení pro další výzkumná šetření.

**KLÍČOVÁ SLOVA:** Adolescent, sebepojetí, životní cíle, vzdělávání, profesní život.

## **ABSTRACT**

The thesis will deal with the relationship of adolescents' self-concept according to their life plans. The work focuses on the issue of their own self-professional concept in their third term of vocational school and fourth term of secondary vocational school.

The aim of this work is to describe the relation of the students of the vocational school and secondary vocational school to themselves, how they evaluate themselves, as well as their relation to self-professional concept, to their future goals related to their professional life and further education.

The theoretical part deals with their own understanding of self-concept, its development from childhood to adolescence, of the development of themselves and self-professional concept, the importance of life plans for the future life of adolescents on the basis of professional Czech and foreign literature. At the end of the theoretical part, there will be laid theoretical foundations for the research, which will be the content of the practical part of this work.

The empirical part of the thesis will analyze the survey made at secondary schools, which focuses on themselves and self-professional concept of selected pupils of the fourth term of secondary vocational schools and the third term of vocational schools. A combination of qualitative and quantitative research approach will be chosen. By means of a specific questionnaire, description and comparison of the relation of self-concept of today's adolescents to their life goals, future professional life and insight into further professional development and education will be identified and clarified. Based on theoretical knowledge and analysis of the empirical part, recommendations for further research will be proposed.

**KEYWORDS:** Adolescent, self - concept, life goals, education, professional life.

## OBSAH

1	ÚVOD .....	8
2	TEORETICKÁ ČÁST .....	10
2.1	Vymezení pojmu sebepojetí od dětství až do adolescence .....	10
2.1.1	<i>Pojem sebepojetí a úvod do problematiky</i> .....	10
2.1.2	<i>Vývoj sebepojetí u novorozence a kojence</i> .....	14
2.1.3	<i>Vývoj sebepojetí u batolete</i> .....	15
2.1.4	<i>Vývoj sebepojetí u předškoláků</i> .....	18
2.1.5	<i>Vývoj sebepojetí ve školním věku</i> .....	19
2.1.6	<i>Vývoj sebepojetí v době dospívání</i> .....	21
2.2	Vlastní a profesní sebepojetí u adolescentů .....	24
2.2.1	<i>Vlastní sebepojetí u adolescentů</i> .....	24
2.2.2	<i>Profesní pojetí u adolescentů</i> .....	33
2.3	Význam životních plánů pro budoucí život adolescentů .....	36
2.3.1	<i>SMART cíle</i> .....	36
2.3.2	<i>Životní plán – jeho základní definice a význam</i> .....	39
2.3.3	<i>Faktory ovlivňující životní plány</i> .....	41
2.3.4	<i>Proces nastavení životního plánu</i> .....	42
2.4	Metodologie výzkumného šetření .....	46
2.4.1	<i>Fáze výzkumného šetření</i> .....	46
2.4.2	<i>Formulace výzkumné otázky</i> .....	47
2.4.3	<i>Formulace předpokladu / předpokladů</i> .....	48
2.4.4	<i>Volba metody sběru dat a příprava dotazníku</i> .....	48
2.4.5	<i>Předvýzkum</i> .....	51
2.4.6	<i>Finální výzkum a jeho závěry</i> .....	51
3	PRAKTICKÁ ČÁST .....	52
3.1	Příprava výzkumného šetření .....	52
3.1.1	<i>Plán výzkumného šetření</i> .....	52
3.1.2	<i>Definování výzkumné otázky a souvisejících předpokladů</i> .....	53
3.1.3	<i>Volba metody sběru dat</i> .....	54
3.1.4	<i>Příprava dotazníku obecně</i> .....	55
3.1.5	<i>Příprava dotazníku pro kvantitativní výzkum</i> .....	55
3.1.6	<i>Příprava dotazníku pro kvalitativní výzkum</i> .....	58

3.1.7	<i>Předvýzkum a jeho vyhodnocení</i> .....	59
3.2	Kvantitativní výzkum .....	64
3.3	Kvalitativní výzkum .....	99
3.3.1	<i>Rozhovor 1 – studentka Petra</i> .....	100
3.3.2	<i>Rozhovor 2 – student Tomáš</i> .....	103
3.3.3	<i>Rozhovor 3 – student Michal</i> .....	108
3.3.4	<i>Rozhovor 4 – studentka Zuzana</i> .....	111
4	ZÁVĚR .....	116
	SEZNAM TABULEK, GRAFŮ A OBRÁZKŮ .....	122
	ZDROJE .....	124

## 1 ÚVOD

Lidstvo se vždy zajímalo o interpretaci sebe sama. Koncept sebe sama je velkým zájmem filozofů, náboženských myslitelů, politiků a v poslední době i psychologů. Někteří se domnívají, že zájem o sebe je základní lidskou potřebou a jedná se o nejhlubší lidský motiv.<sup>1</sup>

Přestože zájem o sebe provází lidstvo od nepaměti, teprve v 60. a 70. letech minulého století se začínají o sebepojetí zajímat vědci. Impulzem pro výzkum sebepojetí byl rozvoj kognitivní vědy, kdy do psychologie osobnosti byla včleněna celá řada nových pojmů. Psychologové začínají hovořit o tzv. sebepojetí (self-concept), schématu Já (self-schéma), sebehodnocení (self-esteem), sebemonitorování (self-monitoring), nebo o seberegulaci (self-regulation).<sup>2</sup>

*„Jak se nám daří ve studiu či práci, v lásce, blízkých i formálních vztazích, ale i ve sportu – vlastně téměř ve všem, o co se snažíme – to vše souvisí s tím, jak se díváme sami na sebe. Sebedůvěra, sebevědomí, sebedůvěry, sebeobraz, sebehodnota, sebevnímání, sebeocení, sebeláska – to vše jsou různé aspekty toho, jak se díváme na sebe a jakou hodnotu si dáváme jako lidé. To může být pozitivní (např. Jsem schopný, dobrý, nadaný, vyrovnaný, vtipný, oblíbený, přitažlivý) nebo negativní (např. Jsem slabý, zbabělý, neschopný, hloupý, divný, nehezky).“<sup>3</sup>*

Vývoj sebevědomí řadíme do oblasti psychosociálního vývoje člověka. Tento vývoj je ovlivněn celou řadou faktorů. Důležitou roli hrají sociokulturní faktory (tj. působení rodiny, sociálních skupin a vrstev, do kterých člověk patří). Vývoj sebevědomí je přitom u každého jedince odlišný. Zatímco některé děti jsou optimistické, rozhodné, sebevědomé, jiné děti jsou citlivější a nad věcmi pečlivěji přemýšlení, nebo jsou naopak netrpělivé a nechají se snadno odradit, pokud přijde nějaký neúspěch. „Všechny tyto povahové vlastnosti vytvářejí charakter dítěte, mají významný vliv na jeho chování, myšlení a city v době vývoje a ovlivňují jeho každodenní život.“<sup>4</sup> „Přítomnost úspěchu, prohry, štěstí či dramatických životních událostí v našem životě je z velké míry výsledkem našeho vlastního sebepojetí.“<sup>5</sup>

---

<sup>1</sup> HATTIE, John. *Self-Concept*. s. 1.

<sup>2</sup> BLATNÝ, Marek et al. *Psychologie osobnosti: Hlavní témata, současné přístupy*. s. 17.

<sup>3</sup> PRAŠKO, Ján. *Jak vybudovat a posílit sebedůvěru*. s. 9.

<sup>4</sup> SEDLÁČKOVÁ, Daniela. *Rozvoj zdravého sebevědomí žáka*. s. 23.

<sup>5</sup> MELGOSA, Julián. *Umění výchovy dítěte*. s. 156.



Na sebepojetí a sebevědomí dítěte mají největší vliv tři aspekty – tělesná stránka, smyslové představy a osobní vzpomínky. Díky těmto aspektům se může dítě naučit přijímat své já a využít ho ve svém dalším životě. Všechny výše uvedené aspekty se prolínají životem člověka v celém jeho průběhu. To, jak vnímá člověk sám sebe, je důležité pro to, jak si vytváří vztah k sobě samému, což ovlivňuje to, jak se dokáže prosadit ve svém okolí. V této souvislosti se setkáváme s tzv. termínem „jáství“, který souvisí s tím, že v životě jednáme sami za sebe, přijímáme odpovědnost za svá rozhodnutí, chceme sami něco dokázat, někým se stát.<sup>6</sup>

U adolescentů třetích a čtvrtých ročníků, na které bude tato práce zaměřena, se „jáství“ projevuje výrazně, neboť je to období, kdy se k jejich sebepojetí přidává i sebepojetí profesní.

Cílem práce je popsat vztah žáků odborného učiliště a střední odborné školy k sobě samým, jak se hodnotí, jak o sobě smýšlejí, dále vztah k profesnímu sebepojetí, jejich budoucí cíle spojené s profesním životem a dalším vzděláváním.

Práce bude rozdělena na dvě hlavní části – část teoretickou a část praktickou. V části teoretické bude pracováno s odbornou literaturou, jak českou, tak zahraniční. Bude zde vymezen pojem sebepojetí od dětství až do adolescence, zpracována oblast vlastního a profesního sebepojetí u adolescentů a význam jejich životních plánů pro budoucí život. V závěru teoretické části budou vymezeny teoretické předpoklady pro část praktickou z hlediska metodiky výzkumného šetření, které bude nosnou částí praktické.

Obsahem praktické části bude jak výzkum kvantitativní, tak výzkum kvalitativní. Tyto dvě metody zjišťování budou zvoleny s cílem co nejvíce se dozvědět. U kvantitativního výzkumu tohoto typu totiž často může nastat problém, zda dotazovaný odpovídi skutečně vztahuje k vlastnímu já, což pomůže eliminovat kvalitativní výzkum, kdy budou mít respondenti volný prostor odpovídat. V závěru bude práce shrnuta.

V práci budou použity metody deskripce, komparace a zmiňovaný kvantitativní a kvalitativní výzkum.

---

<sup>6</sup> HELUS, Zdeněk. *Úvod do psychologie*. s. 184.

## 2 TEORETICKÁ ČÁST

Teoretická část práce vymezí pojem sebepojetí od dětství až do adolescence. Dále se zaměří na problematiku vlastního a profesního sebepojetí u adolescentů a význam životních plánů pro jejich budoucí život. V závěru teoretické části budou položeny teoretické základy pro výzkumné šetření, které bude obsahem praktické části této práce.

### 2.1 Vymezení pojmu sebepojetí od dětství až do adolescence

#### 2.1.1 Pojem sebepojetí a úvod do problematiky

Sebepojetí je odvozeno z reakcí člověka na situace. Situace a reakce mohou být fyzické nebo symbolické. Ve velmi širokém slova smyslu je sebepojetí vnímáním sebe sama. Tato vnímání jsou formována jeho zkušenostmi s jeho prostředím. Předpokládá se, že něčí vnímání sebe sama ovlivňuje způsob, jakým jedná, a jeho činy zase ovlivňují způsob, jakým se vnímá. Přesná povaha a směr vlivu vnímání a chování jsou důležitými součástmi definice, ale dosud nejsou jasné, a proto jsou důležitým zaměřením současných studií z oblasti sebepojetí.<sup>7</sup>

Jednu z definic přináší Praško. Ten definuje sebepojetí takto: „*Sebepojetí je tvořeno vztahem k sobě. Projevuje se tím, co si o sobě myslím, co si o sobě představuji, jak se prožívám a hodnotím.*“<sup>8</sup>

Helus souhlasí s definicí Praška. Doplnuje, že sebepojetí se aktualizuje jako sebepoznávání, sebehodnocení, sebecit a seberealizace. „*Sebepoznávání vyjadřuje snahu jedince orientovat se v sobě samotném.*“<sup>9</sup>

Šířeji vnímá definici pojetí Orel, který cituje Rogerse. Ten vnímá sebepojetí jako „*organizovaný, konzistentní pojmový gestalt, který je složený z vjemů charakteristik „Já“*

---

<sup>7</sup> Mini Literature Review of Self-Concept. *ResearchGate | Find and share research* [online]. Copyright © ResearchGate 2019. All rights reserved. [cit. 02.12.2019]. Dostupné z: [https://www.researchgate.net/publication/315101634\\_Mini\\_Literature\\_Review\\_of\\_Self-Concept](https://www.researchgate.net/publication/315101634_Mini_Literature_Review_of_Self-Concept), s. 411.

<sup>8</sup> PRAŠKO, Ján. *Jak vybudovat a posílit sebedůvěru*. s. 27.

<sup>9</sup> HELUS, Zdeněk. *Úvod do psychologie*. s. 15.

*nebo „Mě“ a z vjemů vztahů „Já“ nebo „Mě“ vůči druhým lidem a vůči různým aspektům života spolu s hodnotami, jež jsou s těmito vjemy spojené.“<sup>10</sup>*

Člověk se zajímá o své schopnosti a další vlastnosti, obzvlášť v případech, pokud musí např. zvládnout úkol, složit zkoušku, zvládnout přijímací řízení, vyniknout v nějaké soutěži apod. Důležitý je v oblasti sebehodnocení i vzhled člověka, obzvlášť v případech, pokud chce udělat dojem, zapůsobit. Při sebepoznávání vycházíme ale nejenom z vlastností a schopností, kterých si je člověk sám vědom, ale i z toho, jak nás hodnotí ostatní lidé, tj. jak nám ostatní lidé nastavují tzv. sociální zrcadlo. Sociální zrcadlo je důležité zejména z toho důvodu, že je realistické, tj. může se odlišovat od vlastního, často iluzivního, sebepoznání. Sebepoznání je nesmírně důležité z hlediska pozitivního (něco se nám povede), nebo negativního (něco se nám nepovede), neboť směřuje člověka dál a nutí ho na sobě samém pracovat.<sup>11</sup>

Dalším důležitým termínem spjatým se sebepojetím je sebehodnocení. Jde o hodnocení sebe samého, které může mít podobu pozitivní, nebo negativní (až kritickou). Od přístupu k sebehodnocení se poté odvíjí způsob, jakým se člověk rozhoduje, jedná, nebo podává výkony. Pokud má člověk sklony k pozitivnímu sebehodnocení, většinou spatřuje příčiny neúspěchu ve vnějších okolnostech, které nemůže ovlivnit. Úspěch vnímá jako kvalitu své osobnosti. Naopak pokud má člověk sklony k negativnímu, až kritickému sebehodnocení, pochybuje o sobě samém, tj. počítá spíše s tím, že něco nevyjde. Viníka spatřují v sobě samém.

Při sebehodnocení člověk zpravidla využívá tyto tři aspekty:

- porovnává své výkony z minulosti s těmi ze současnosti – člověk tak sleduje svůj pokrok,
- porovnává své výkony / sebe s ostatními – člověku dělá dobře, pokud je lepší než ostatní, a naopak,
- porovnává své výkony / sebe s ideálem – zde může nastat větší či menší rozpor.<sup>12</sup>

---

<sup>10</sup> OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 68.

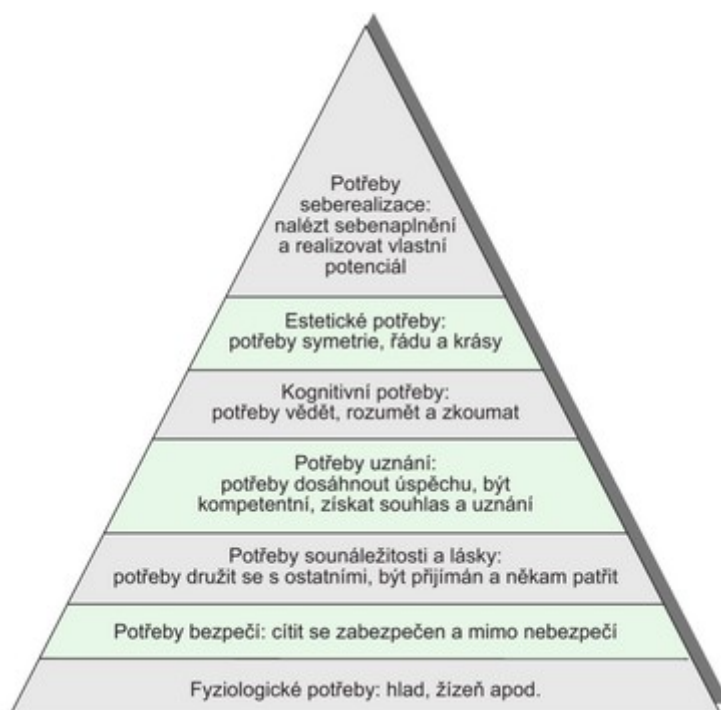
<sup>11</sup> HELUS, Zdeněk. *Úvod do psychologie*. s. 175 – 176.

<sup>12</sup> HELUS, Zdeněk. *Úvod do psychologie*. s. 175 – 176.

Třetím pojmem v sebehodnocení je sebecit. „Jde o pocitovou variantu sebehodnocení. Jde o představu, jaké to s námi bude v budoucnu.“ U člověka se objevují obavy, zda zvládne to, co mu život přichystá. „Jde o soubor kompetenčních pocitů, tj. představ o vlastní kompetenci řešit to, co je v životě podstatné.“<sup>13</sup>

Poslední zmiňovaná je seberealizace. Ta stojí na vrcholu tzv. Maslowovy pyramidy lidských potřeb, jak je vidět na Obrázku 1.

Obrázek 1 Maslowova pyramida potřeb



Zdroj: VYSEKALOVÁ, Jitka. *Chování zákazníka*. s. 21.

Je důležité zmínit, že Maslowova pyramida není klasifikací všech potřeb a přání lidí, ale vícestupňovým modelem lidského vývoje.<sup>14</sup> „Maslow klade důraz na sebepojetí člověka a snahu o růst, o seberealizaci.“<sup>15</sup>

Maslow rozděluje lidské potřeby do dvou skupin, resp. sedmi podskupin:

- potřeby nižší (nedostatkové):

<sup>13</sup> NOVÁK, Tomáš. *Asertivitou k sebedůvěře*. s. 15.

<sup>14</sup> PICHÉRE, Pierre et al. *Maslow's Hierarchy of Needs: Gain vital insights into how to motivate people*. s. 11.

<sup>15</sup> VYSEKALOVÁ, Jitka. *Chování zákazníka*. s. 21.

- potřeby biologické (jídlo, pití, odpočinek, spánek, prostor k žití),
- potřeby bezpečí (stabilní zaměstnání, být zdravý, žít v míru),
- potřeby vyšší (růstové):
  - potřeby lásky a sounáležitosti (okruh blízkých, se kterými je možné sdílet radost, bolest, trápení),
  - potřeby uznání a úcty (okruh lidí, kteří jsou schopni druhému projevovat úctu a uznání),
  - kognitivní potřeby (potřeba něco vědět, něčemu porozumět, potřeba zkoumat),
  - estetické potřeby (potřeba symetrie, krásy, řádu),
  - potřeby seberealizace (potřeba nalézt sebenaplnění a realizovat vlastní potenciál).<sup>16</sup>

Maslow říká, že jakmile je uspokojena jedna skupina potřeb, může být uspokojována další skupina potřeb, tzn., že jednotlivé skupiny potřeb na sebe navazují.<sup>17</sup>

Vrátíme-li se k samotnému sebepojetí, zjistíme, že má dvě stránky. Nazýváme je takto:

- stránka kognitivní – řadíme sem myšlenky, hodnocení, představy,
- stránka emocionální – řadíme sem pocity, emoce, nálady.

*„V sebepojetí je nejen to, jak se vnímám, myslím, hodnotím a prožívám (tzv. reálné já), ale také to, „jaký bych měl být“ nebo „jaký bych chtěl být“ (ideální já).“<sup>18</sup>*

Rozdíl mezi reálným já a ideálním já je zdroj motivace pro každého člověka, neboť snahou člověka je být lepší a dosáhnout ideálního já, ovšem jen za předpokladu, pokud je rozdíl mezi reálným a ideálním já nevelký. V opačném případě, tj. pokud je rozdíl mezi reálným a ideálním já velký, nastává u jedince pocit frustrace a neustálé sebekritiky, což vede k nespokojenosti a méněcennosti konkrétního jedince.<sup>19</sup>

<sup>16</sup> VYSEKALOVÁ, Jitka. *Chování zákazníka*. s. 21.

<sup>17</sup> TURECKIOVÁ, Michaela. *Klíč k účinnému vedení lidí: Odemkněte potenciál svých spolupracovníků*. s. 60.

<sup>18</sup> PRAŠKO, Ján. *Jak vybudovat a posílit sebedůvěru*. s. 27.

<sup>19</sup> PRAŠKO, Ján. *Jak vybudovat a posílit sebedůvěru*. s. 27.

S tím souvisí charakteristika člověka, který má správně nastaveno sebepojetí. Je s tím spojena řada tzv. určujících znaků, ke kterým řadíme:

- akceptaci omezení,
- akceptaci silných stránek,
- činnosti odpovídají verbálnímu projevu,
- vyjádření důvěry ve schopnosti,
- vyjádření uspokojení s obrazem těla,
- vyjádření uspokojení s osobní identitou,
- vyjádření uspokojení s výkonem své role,
- vyjádření uspokojení s pocitem vlastní užitečnosti,
- vyjádření uspokojení s myšlenkami o sobě samém,
- vyjádření ochoty zlepšit sebepojetí.<sup>20</sup>

### 2.1.2 Vývoj sebepojetí u novorozence a kojence

Již v novorozeneckém období si dítě začíná uvědomovat samo sebe. Důležitou roli v tomto období hraje symbiotický vztah s matkou, který v novorozenci vyvolává jistotu a pomůže mu v budoucnu se orientovat ve světě. Tato symbióza má svůj původ již v období těhotenství, kdy bylo dítě spojeno s matkou.<sup>21</sup>

To potvrzuje i Novák, který dokonce tvrdí, že „*jakási živná půda pro budoucí sebepojetí i životní scénář se dle některých autorů vytváří ještě před příchodem na svět. Ovlivňují je prožitky matky, její emoční vyladění vůči mateřství. Jde o jakési hormonální signály, směřující mimo jiné i do dělohy. Zdá se, že je takto ovlivněn budoucí základní přístup ke světu. To na kontinuu „optimismus – pesimismus“ a snad i „agresivita – vstřícnost.“*“<sup>22</sup>

Pro novorozence je svět jakési neurčitou. Celý svět vnímá v první osobě jednotného čísla – tedy jako já. Výzkumy ukázaly, že dítě sebe zpočátku od matky vůbec neodlišuje. Dokonce se

---

<sup>20</sup> HERDMAN, T. Heather. *Ošetřovatelské diagnózy: Definice & klasifikace 2012 – 2014*. s. 295.

<sup>21</sup> OREL, Miroslav et al. *Výbrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 68.

<sup>22</sup> NOVÁK, Tomáš. *Jak vychovat sebevědomé dítě*. s. 21.

ukazuje, že bez matky je novorozenec schopen projevit pouze omezený počet reakcí z těch, které by projevit mohl.<sup>23</sup>

Ve věku 3 – 6 měsíců se u dítěte vynořuje jeho vlastní já („emergent self“). Je schopno odlišit sebe samo od matky, což mění vztah k matce i jemu samému. Dítě v tomto věku začíná vnímat svoje tělo, začíná se projevovat, cítí. Právě v tomto období se vytváří tzv. jádro lidského já („core self“). Přibližně ve 4 měsících se u dítěte začíná projevovat jeho vlastní vůle, která má podobu zlostných výbuchů, pokud není něco tak, jak si dítě přeje.

V druhé polovině kojeneckého věku se sebepojetí projevuje v podobě vazeb na vlastní tělo a jeho aktivity. Ty začíná dítě i pomalu chápat. Stejně tak tomu je s citovými prožitky, které začíná dítě vnímat jako jeho součást. Ve věku jednoho roku je dítě schopno pochopit kontinuitu a stálost vlastní existence jako samostatného člověka, který je oddělený od matky. Důležité je proto v tomto období, aby se u dítěte posiloval pocit jistoty ve vztahu k němu samému, ale i ve vztahu k okolnímu světu.<sup>24</sup>

Je nutné poznamenat, že pokud v tomto období jakýmkoliv způsobem selže matka v roli matky, dítě se cítí deprivováno a sebe samo obtížně vymezuje, což může způsobit až negativní sebepojetí v dospělosti. Tyto děti mají v dospělosti zpravidla nízkou sebedůvěru, hůře se socializují, mohou mít problémy s přijímáním hodnot, norem, s rozvojem rolí a diferenciací mezilidských vztahů. Může pochybovat samo o sobě, mít nejasné, nevyhraněné nebo nezralé sebepojetí. „*V této oblasti jsou rizikové ty skupiny dětí, jejichž vrozené vlastnosti organismu jsou nějakým způsobem odlišné nebo které jsou pro své matky symbolem něčeho negativního (např. děti nechtěné), které přinášejí ztrátu jiných hodnot (např. sociálního statutu u svobodné matky, v profesi či jiné oblasti). Za rizikové lze považovat i matky, které nejsou schopné přijatelného mateřského chování (např. alkoholičky).*“<sup>25</sup>

### 2.1.3 Vývoj sebepojetí u batolete

V batolecím období dochází ke změně sebepojetí. „*Rozvoj sebepojetí jednoznačně směřuje k potvrzení vlastní individuality a jedinečnosti, diferencovanosti od ostatních.*“ To je

---

<sup>23</sup> NOVÁK, Tomáš. *Jak vychovat sebevědomé dítě*. s. 21.

<sup>24</sup> OREL, Miroslav et al. *Výbrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 68.

<sup>25</sup> SEDLÁČKOVÁ, Daniela. *Rozvoj zdravého sebevědomí žáka*. s. 24.

způsobeno tím, že batole je schopno se separovat od matky a zároveň si začíná uvědomovat svoji vlastní osobnost a její možnosti. Vztahy a vazby s ostatními lidmi však stále zůstávají důležité. V této fázi hovoříme o vývoji „interpersonálního já.“<sup>26</sup>

Cílem je, aby si batole v tomto období vytvořilo základní důvěru v sebe samého a své schopnosti. Pokud v tomto období k vytvoření základní důvěry v sebe samého a své schopnosti nedojde, bude mít dítě o sobě pochybnosti v celém svém dalším životě.<sup>27</sup>

Dítě v tomto období začíná věřit v sebe samo, je více samostatné. Na druhou stranu se objevuje fáze vzdoru a fáze negativismu. Dítě si těmito projevy začíná uvědomovat sebe jako autonomního jedince. Fáze negativismu je nicméně prospěšná, neboť díky ní „*můžeme najít vlastní kořeny k růstu osobnosti, která chce žít podle své individuality a zamítá být loutkou.*“<sup>28</sup>

Od dětí v tomto věku lze často slyšet výrazy „já sám,“ což chápeme jako pokus o samostatnost, a výraz „já chci,“ což lze chápat jako vyjádření aktivity. Díky těmto projevům si dítě potvrzuje svoji hodnotu a zároveň jsou mu okolním světem i jeho vlastními projevy nastavovány mantinely. Období vzdoru obvykle trvá do 3 let dítěte, v ojedinělých případech se lze setkat s těmito projevy i v předškolním věku.

Dalším důležitým mezníkem v sebepojetí jsou v tomto období projevy rané poslušnosti a podřizování, což lze vnímat jako první stupeň v socializaci dítěte. V tomto kontextu rozlišujeme poslušnost dobrovolnou (je dána pravidly rodičů, prarodičů, se kterými se dítě ztotožňuje) a poslušnost situační (je dána vnějšími okolnostmi).<sup>29</sup>

To potvrzuje i Sedláčková, která říká, že dítě má v tomto období dvě potřeby:

- potřeba prosadit svou vlastní variantu bez ohledu na to, jaká to varianta je – díky této potřebě si dítě procvičuje svoji vůli, cílem je potvrdit samo sebe,

---

<sup>26</sup> OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 69.

<sup>27</sup> SEDLÁČKOVÁ, Daniela. *Rozvoj zdravého sebevědomí žáka*. s. 24.

<sup>28</sup> OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 69.

<sup>29</sup> OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 69.



- potřeba řádu – dítě musí poznat, jaký panuje řád ve společnosti, což mu dodá pocit jistoty.<sup>30</sup>

Co se týče potřeby řádu, Sedláčková ještě doplňuje, že „*pokud dětem rodiče tento řád svým přístupem nepotvrdí, dítě provokuje chováním tak dlouho, až se mu dostane nějaké omezující reakce. Naproti tomu náhodné omezení či povolení není řádem, ale chaosem informací.*“<sup>31</sup>

„*Obrovský a nenahraditelný význam má zpětná vazba a reakce dospělých, zejména ve smyslu pozitivního hodnocení, přijetí a ocenění. Právě hodnocení rodičů a dalších dospělých významně moduluje sebepojetí a jeho vývoj nyní i v dalším období.*“<sup>32</sup>

Sebepojetí dítěte v tomto období v sobě tedy zahrnuje „*vědomí sebe sama jako samostatné bytosti, trvalost a proměnlivost vlastní existence, je však útržkovité a zatím není koherentní. Sebehodnocení je dichotomické, nedostatečně kritické a nerealisticky pozitivní. Sebepojetí batolete je také hodně implicitní, méně přístupné vědomé reflexi a verbálnímu popisu.*“<sup>33</sup>

Dítě je schopno v batolecím období vnímat sebe samo jak z hlediska subjektivního, tak z hlediska objektivního aspektu. Přizpůsobuje tomu svůj jazyk, což je v tomto období velmi podstatné. Své jméno začíná brát v tomto období jako neoddělitelnou součást své osobnosti. Na konci batolecího období se projev osobnosti projevuje používáním osobního zájmena „já.“

V rámci sebepojetí se v tomto období objevuje také vztah k osobním věcem, nejčastěji hračkám. Dítě je vnímá jako součást samo sebe. Dítě v tomto věku má poměrně vysoké sebevědomí, které je však nestabilní a odvíjí se od konkrétní situace. V tomto období se setkáváme také s rolemi, které vyjadřují postoje okolí dítěte (např. maminčino zlatíčko, tatínkův rošťák apod.).<sup>34</sup>

<sup>30</sup> SEDLÁČKOVÁ, Daniela. *Rozvoj zdravého sebevědomí žáka*. s. 24 – 25.

<sup>31</sup> SEDLÁČKOVÁ, Daniela. *Rozvoj zdravého sebevědomí žáka*. s. 25.

<sup>32</sup> OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 69 – 70.

<sup>33</sup> OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 69 – 70.

<sup>34</sup> OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 70.

#### 2.1.4 Vývoj sebepojetí u předškoláků

Předškolní období představuje pro dítě důležité období, ve kterém se utváří jeho osobnost. U dětí v tomto věku převažuje egocentrické chování. Dítě má sklon se vychloubat, není k sobě kritické, má vysoké sebevědomí a klade přehnaný důraz na sebe samo. To jsou typické znaky nezralosti dětské identity.

Předškolák ještě není schopen se porovnávat s ostatními, nicméně dítě je schopno samo vyhodnotit, že udělalo nějaký pokrok a že umí více, než umělo předtím. Žene ho neustálá touha něco dokázat, zvládnout.

Prohlubuje se u něj vztah lidé, zvířata, věci. To souvisí s vývojem majetnického sklonu, který je pro toto období typické. Slova „moje“ patří k „já“ a tvoří jeho nedílnou součást.

Vzhledem k tomu, že předškolák je rozumově nezralý, je pro něj velmi důležité to, jak ho hodnotí ostatní lidé, zejména rodiče. Jejich názory je dítě schopno přejímat nekriticky, čímž se obohacuje jeho dětské sebepojetí. Kromě autorit v podobě rodičů je pro vývoj sebepojetí důležité setkávání se s vrstevníky.<sup>35</sup>

*„Vlastní sebehodnocení ve svém základu vychází z hodnocení, které dítě zprvu jednoznačně přijímá ze svého okolí (tedy zvenčí). Je spjato s pozitivním či negativním emočním prožitkem. Sebehodnocení a sebevědomí má následně velký vliv na psychiku a také výkon a výkonnost člověka – představuje regulační prvek psychiky a spoluvytváří základní předpoklady úspěšnosti jedince.“*<sup>36</sup>

Důležité pro dítě v tomto věku je to, že dochází k postupnému uvolňování vázanosti na rodinu. Zároveň se rozvíjí aktivita dítěte, kdy je dítě schopno se např. prosadit ve své vrstevnické skupině. Dítě si v tomto období osvojuje běžné normy chování, poznává role a získává přijatelnou úroveň komunikace. Dítě si uvědomuje svoji jedinečnost a odlišnost od ostatních, posiluje se jeho vlastní identita. To vše mu umožňuje se prosadit později ve svém dalším životě.<sup>37</sup>

<sup>35</sup> OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 71.

<sup>36</sup> OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 72.

<sup>37</sup> SEDLÁČKOVÁ, Daniela. *Rozvoj zdravého sebevědomí žáka*. s. 25.

Míra sebevědomí se u každého dítěte liší. To souvisí se sebehodnocením, které je provázané s hodnocením druhých, ale také s pohledem na své jednání. Dítě v tomto věku pomalu získává vlastní zkušenosti, což je pro jeho další vývoj, nejenom z hlediska sebepojetí, velmi důležité a klíčové.<sup>38</sup>

Objevuje se zde interakce se sociálním prostředím. „*Sebepojetí totiž přímo vzniká v průběhu socializace, která je dána především mezilidskou interakcí a vrůstáním do společnosti. Přestože můžeme najít určité společné rysy, je obsah sebepojetí u každého jedince individuálně jedinečný a odlišný od druhých.*“<sup>39</sup>

Je třeba si uvědomit, že rodiče své děti v tomto věku ovlivňují z tohoto pohledu:

- citová vřelost rodičů,
- požadavky rodičů a jejich splnění vyvolává u dítěte pocit spokojenosti,
- chováním, zájmem a slovním vyjádřením ovlivňují sebepojetí dítěte.<sup>40</sup>

„*Velkou komplikací pro vývoj sebepojetí je v tomto předškolním období rozvod rodičů. Dítě ještě není schopné pochopit příčinu rozvodu, nerozumí pocitům rodičů. V rámci své poznávací rigidity interpretuje příčiny rozvodu nesprávně – může se pokládat za viníka situace (myslí si např., že rodič odešel, protože se špatně chovalo).*“ Pokud se rodiče v tomto období rozvedou, dítě tak přichází o pocit jistoty a bezpečí domova. Takto poznamenané děti neustále touží po zvýšené pozornosti rodičů a potřebují stále potvrzovat jejich lásku. Navíc u nich často chybí model mužské, nebo ženské role, což má na jeho další život podstatný vliv, neboť dítě se nemá od koho učit, přejímat role, zvyklosti.<sup>41</sup>

#### 2.1.5 Vývoj sebepojetí ve školním věku

Školní věk představuje pro dítě důležitý mezník. Oficiálně tak vstupuje do společnosti, kterou představuje pro dítě škola. Úkolem dítěte je potvrdit své kompetence, pečlivě pracovat a plnit

---

<sup>38</sup> OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 72.

<sup>39</sup> OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 73.

<sup>40</sup> SEDLÁČKOVÁ, Daniela. *Rozvoj zdravého sebevědomí žáka*. s. 26.

<sup>41</sup> SEDLÁČKOVÁ, Daniela. *Rozvoj zdravého sebevědomí žáka*. s. 26.

povinnosti, které od něj společnost v podobě školy očekává. Pro dítě je typická fáze pýle a snaživost, které vedou k tomu, že se dítě snaží se prosadit, čímž potvrzuje své kvality.<sup>42</sup>

Vývoj dětského sebepojetí pokračuje i ve školním věku. „*Dětské sebepojetí vyplývá z rozvíjející se zkušenosti se sebou samým. I ve školním věku je stále výrazně spoluurčováno názory a postoji jiných – zejména významných autorit. Mnohem významněji se začíná uplatňovat srovnávání s vrstevníky, kdy si dítě všímá rozdílů i shod. Obzvláště významnou referenční skupinou je školní třída.*“<sup>43</sup>

Ve školním věku je dítě schopno lepšího sebehodnocení. Důvodem je skutečnost, že dítě je schopno samo posoudit svoje psychické vlastnosti, schopnosti a dovednosti. Typické pro toto období jsou projevy spontánní sebereflexe, které slouží dítěti ve školním věku jako introspekce. Hovory o pocitech dítěte jsou v tomto období velmi časté. Nejvíce kulminují kolem desátého roku věku dítěte.<sup>44</sup>

U školáka se rozvíjí logika a kognitivní funkce obecně. Zraje u něj emoční prožívání. Je schopno pojmenovat a pochopit příčiny svých úspěchů a neúspěchů. „*Pokud atribuční styl připisuje úspěch vlastním schopnostem a snaze a nezdar vidí jako příležitost k učení, vzniká zpravidla realisticky pozitivní sebehodnocení.*“<sup>45</sup> Důležitou roli ve vztahu k jeho úspěchům a neúspěchům hraje postoj rodičů, který může být pro rozvoj dětského sebepojetí v tomto věku klíčový. Ve spojení s dětskou sebekritičností, která je v tomto věku větší, má postoj rodičů na formování dětské osobnosti enormní dopad.<sup>46</sup>

Zrcadlová teorie totiž říká, že rodič je ten, který ukazuje dítěti jeho vlastní sebehodnotu tím, jak si ho sami váží, nebo neváží, jak ho podceňují, nebo nepodceňují. Další důležitá teorie modelu zase tvrdí, že rodič je pro dítě vzorem, na základě kterého si dítě formuje své vlastní sebepojetí. „*Ve věku 8 let bývají v hodnocení sebe sama děti výrazně jednostranné, od 10 let již jsou schopny koordinovat různá (i protichůdná) hodnocení. Jejich sebepojetí tak začíná být integrovanější, přesnější a komplexnější.*“<sup>47</sup>

---

<sup>42</sup> VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: Dětství a dospívání*. s. 255.

<sup>43</sup> OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 74.

<sup>44</sup> OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 74.

<sup>45</sup> OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 74.

<sup>46</sup> OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 74.

<sup>47</sup> OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 75.

U školního dítěte se silně projevuje příslušnost k sociální skupině. Tou může kromě rodiny být školní třída, sportovní klub apod. Právě příslušnost k sociální skupině má na formování sebepojetí v tomto období klíčový vliv. Dítě v tomto věku totiž často přejímá názory sociální skupiny a názory vrstevníků jsou pro něj důležité. „*Očekávání druhých lidí vytváří u dětí školního věku normu žádoucího chování, která se stává podkladem představy o uspokojuvém podobě sebe sama. Děti pak zpravidla usilují o naplnění této představy.*“<sup>48</sup>

Starší školní děti jsou schopny si uvědomovat svá pozitiva a negativa, ale v tomto období stále věří tomu, že jejich negativa se změní na pozitiva. Sebe vnímají jako jedinečnou osobnost. „*Je zdravé a nezbytné, aby bylo rozvíjeno především kladné a soudržné sebepojetí. Lze dokonce říci, že děti se rodí s potřebou kladného přijetí. Bez kladného přijetí nemůže vzniknout ani kladné přijetí sebe sama.*“<sup>49</sup>

Pokud je dítě doma kladně přijato, jeho sebepojetí se formuje pozitivně, tj. vnímá sebe samo jako člověka, který si zaslouží úctu. Pokud naopak dítě není doma kladně přijato, k čemuž se může připojit i stejné negativní přijetí ve škole, ve sportovním klubu apod., formuje se jeho sebepojetí negativním směrem. Pokud nastane situace, že jeho přijetí doma vůči přijetí ve škole, ve sportovním klubu apod. se od sebe odlišují, dítě se stává nejisté, neboť není schopno samo posoudit, jaké doopravdy je.<sup>50</sup>

Důležité je zdůraznit, že rozvoj dětského sebevědomí je postupný. Odvíjí se od kognitivních schopností dítěte, jeho věku, zkušenosti i vlastní interpretace. Tomu pomáhá zmiňovaná sociální interakce a vztahový kontext, neboť druhí lidé nastavují dítěti pomyslné sociální zrcadlo.<sup>51</sup>

### 2.1.6 Vývoj sebepojetí v době dospívání

Mezi 11. – 12. rokem života dítěte začíná dítě dospívat. Typické pro toto období je pokles úrovně vlastního sebehodnocení a vlastního sebevědomí, které má zpravidla dočasný

---

<sup>48</sup> OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 75.

<sup>49</sup> OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 75.

<sup>50</sup> OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 76.

<sup>51</sup> OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 75.

charakter. „Nejvíce znejistěnou věkovou skupinou bývají dospívající ve věku 12 – 13 let, přičemž hlubší pocity nejistoty zaznamenáváme u dívek.“<sup>52</sup>

Pro období dospívání je důležité, aby během něj dospívající dítě získalo jasnou a stabilní vlastní identitu, což znamená, že musí poznat své meze, přijmout svou jedinečnost, omezení a nedostatky. Klíčovou roli v tomto utváření hraje kritický pohled dospívajícího dítěte na sebe samo, což mu pomáhá ujasnit si vlastní charakteristiky i budoucí společenské role.

*„Sebepojetí adolescentů obsahuje různé sociální a psychologické kategorie, které jsou postupně čím dál víc propojené. Zahrnuje i různé nepřesnosti a falešné představy o sobě. Dospívající už chápou, že se u jednoho člověka mohou v závislosti na okolnostech projevovat rozdílné vlastnosti a že všechny mohou být součástí jeho osobnosti.“*<sup>53</sup>

Kromě psychické diferenciaci, tj. schopnosti vnímat sebe samo jako jedinečnou bytost, je důležitá i psychická nezávislost, tj. schopnost vnímat sebe samo jako bytost, která jedná nezávisle na vůli druhých a jejich mínění. Právě v tomto období se objevují rozdíly v sebepojetí u dívek a u chlapců. Zatímco požadavky na přijetí mužské role nejsou nijak složité, u dívek zaznamenáváme větší společenský tlak na přijetí představ o roli ženy ve společnosti.<sup>54</sup>

*„Hledání a vytváření osobní identity je záležitostí celého našeho života, v dospívání je však otázkou klíčovou. Adolescence je určitým vrcholem zápasu o identitu.“*<sup>55</sup> Vývoj vytváření osobní identity je postupný a kontinuální proces. Svoji důležitou roli v něm hrají také zkušenosti z dětství, resp. minulá zkušenost z dětského sebepojetí, která se propojuje s nově utvářející se identitou.

Dospívající dítě si v tomto období pokládá otázky:

- *Kdo jsem?*
- *Jaký jsem?*
- *Kam patřím?*

---

<sup>52</sup> OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 77.

<sup>53</sup> VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: Dětství a dospívání*. s. 456.

<sup>54</sup> OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 77.

<sup>55</sup> OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 77.

- *Kam směřuji?*
- *Čemu opravdu věřím?*
- *Co je smyslem a cílem mého života?*“<sup>56</sup> apod.

Díky rozvoji myšlení (zejména schopnosti abstraktně uvažovat) je dospívající dítě schopno přemýšlet o budoucím směřování v životě, porovnávat různé alternativy. Přestože jsou postupem času životní plány více a více realistické, stále dospívajícímu dítěti chybí zkušenost.

57

Přibližně kolem 15. a 16. roku pozorujeme u adolescentů postupný nárůst sebevědomí. Rozdíly v sebevědomí způsobují, že si adolescent připouští vlastní komplikovanost. To způsobuje, že se člověk stává zranitelnější a emocionálně labilnější.<sup>58</sup>

*„K tomu, aby dospívající dosáhli identity, jsou potřeba jak krize, které přinášejí nové otázky a rozhodnutí, tak osobní angažovanost. V době konfliktního dospívání jsou vesměs lepší vztahy spíše s matkou, otcové jsou ve svých pozicích více variabilní.“*<sup>59</sup> Krize má navíc pozitivní efekt v tom smyslu, že pokud by nenastala, hrozí u adolescenta riziko nezdravého přijetí rodičů, organizací, spolků, klubů apod. *„Přitom dosažení zralé identity je spojeno s kladným sebepojetím, kdy lidi vnímají jen malý rozdíl mezi tím, jací by podle sebe měli být a jací opravdu jsou.“*<sup>60</sup>

Typické pro toto období je odmítavý postoj k původním identifikačním vzorům. Do popředí vystupují rovněž osobnostní vlastnosti. Dospívající v cestě za vlastní identitou zkouší různé postoje, experimentuje. Je kritický vůči veškerým morálním pravidlům. Jeho sebepojetí se pohybuje mezi podceňováním a přeceňováním. *„Hledání osobní identity, sebepoznání a sebeuvědomování přináší překvapení i ztráty iluzí. Je spojeno s experimentováním v různých oblastech včetně studia, zájmů, sexu apod.“*<sup>61</sup>

<sup>56</sup> OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 77.

<sup>57</sup> OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 78.

<sup>58</sup> OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 78.

<sup>59</sup> OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 78.

<sup>60</sup> OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 79.

<sup>61</sup> OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 79.

Období, kdy se v době adolescence utváří osobnost člověka, označujeme jako individualizaci. Ta má čtyři fáze:

- fáze diferenciaci – zde si adolescent uvědomuje plně svoji odlišnost,
- fáze experimentace s vlastní emancipací a možnostmi,
- fáze stabilizace – patří sem i stabilizace vztahu s rodiči,
- fáze psychického osamostatnění.<sup>62</sup>

Typické pro toto období je rovněž hledání smyslu života. To může částečně nabourat fenomén dnešní doby – virtuální realita, neboť dokáže adolescenta natolik zmást, že pravý smysl života bude hledat obtížněji.<sup>63</sup>

## 2.2 Vlastní a profesní sebepojetí u adolescentů

### 2.2.1 Vlastní sebepojetí u adolescentů

Vlastní sebepojetí (nejenom) u adolescentů je velmi důležité. Hovoří o tom DeVito, který říká toto: „*To, kdo jste a jak vidíte sami sebe, má vliv na způsob vaší komunikace i na vaši reakci na komunikaci ostatních. Vaše sebepojetí je vaše vlastní představa o tom, kdo jste. Je to vnímání sebe sama, tedy vaše pocity a úvahy o vlastních silných a slabých stránkách, o vlastních schopnostech i jejich hranicích. Představu o sobě odvozujete také z představ, které o vás mají druzí, ze srovnávání sebe sama s ostatními, ze svých kulturních návyků a z hodnocení vlastních myšlenek a chování.*“<sup>64</sup>

Z toho lze vyvodit, že zdroji vlastního sebepojetí jsou tyto čtyři aspekty:

- pohled druhých,
- sociální komparace,
- kulturní vlivy,
- vlastní interpretace jedince a hodnocení sebe sama.

---

<sup>62</sup> OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 79.

<sup>63</sup> OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 80.

<sup>64</sup> DEVITO, Joseph. *Základy mezilidské komunikace*. s. 66.



Nyní si jednotlivé zdroje vlastního sebepojetí vysvětlíme. Následující text se týká nejenom adolescentů, ale také dospělých jedinců, kteří v oblasti sebepojetí tápou stejně tak, jako tápe člověk v době dospívání.

Pohled druhých představuje pohled těch osob, které člověk považuje za významné, na kterých mu záleží. Za tyto osoby považujeme nejčastěji rodinu, blízké přátelé, intimní partnery. „*Pokud mají tyto osoby o vás příznivé mínění, uvidíte svůj pozitivní obraz, který se odráží v jejich chování. Naopak, jestliže jejich mínění o vás není valné, spatříte spíš svůj negativní obraz.*“<sup>65</sup> Např. pokud je jedinec přátelský a komunikativní, tyto blízké osoby s ním komunikují spíše přátelsky, a naopak.

Pro pohled druhých osob na daného jedince se často používá tzv. zrcadlové Já, které umožňuje zkoumat obraz jedince, který mu ostatní osoby tlumočí tak, jak s ním komunikují. Zmiňované zrcadlové Já závisí podle Jedličky et al. na třech momentech. Těmito momenty jsou:

- jak si jedinec představuje, že ho vidí definovaní druhí,
- jak si jedinec představuje, že tito definovaní druhí nahlízejí na to, co vidí,
- jak jedinec pocítuje reakce těchto definovaných druhých a jak tyto reakce prožívá.<sup>66</sup>

Druhým zdrojem vlastního sebepojetí je sociální komparace, tj. srovnávání s ostatními. Zpravidla jedinec sebe porovnává se sobě rovnými lidmi. Např. ve škole se spolužáky, v práci s kolegy, ve sportu s ostatními spoluhráči. Tím totiž získá jasnější představu o tom, jak si v porovnání s ostatními jedinci vede, což ho může motivovat a přinášet pohled na sebe samého z jiné perspektivy.<sup>67</sup>

Třetím zdrojem vlastního sebepojetí jsou kulturní vlivy. „*Vaše kultura vám vštěpuje celou řadu názorů, hodnot a postojů, které se týkají například úspěchu (jak ho definovat a jak ho dosáhnout), významu náboženství, rasové příslušnosti, národnosti a etických zásad, jimiž byste se měli řídit v podnikání i v osobním životě. Poskytuje vám srovnávací měřítko, podle*

---

<sup>65</sup> DEVITO, Joseph. *Základy mezilidské komunikace*. s. 67.

<sup>66</sup> JEDLIČKA, Richard et al. *Pedagogická psychologie pro učitele: Psychologie ve výchově a vzdělávání*. s. 25.

<sup>67</sup> DEVITO, Joseph. *Základy mezilidské komunikace*. s. 67.

nichž můžete hodnotit sami sebe.“<sup>68</sup> Pokud např. jedinec žije v kultuře, kdy je měřítkem úspěchu dosáhnout konkrétního cíle, pak se tento jedinec pokládá za úspěšného, a naopak.

DeVito v této souvislosti zmiňuje, že obzvlášť důležité v souvislosti s kulturními vlivy jsou zvyklosti, které se týkají role pohlaví. Podle toho se odvíjí jednání muže a ženy. Je to způsobeno tím, že existují ženské a mužské kultury. „*Mužské kultury vedou lidi k asertivitě, ambicióznosti a soutěživosti. Příslušníci mužských kultur častěji čelí konfliktům přímo, neshody řeší spíše bojem a inklinují k řešení konfliktu pomocí strategie vítěz – prohrávající. Ženské kultury vedou lidi ke skromnosti a zdůrazňují blízké interpersonální vztahy. Například mají sklon dávat při řešení konfliktů přednost kompromisům a vyjednávání, a tedy strategii vítěz – vítěz.*“<sup>69</sup>

Z toho vyplývá, že pokud chce být jedinec dobře vnímaný ve společnosti, měl by v případě mužské kultury být asertivní, ambiciózní a soutěživý, neboť to jsou vlastnosti, které na něm bude jeho kultura oceňovat. Pokud jedinec vyrůstá v ženské kultuře, měl by naopak být skromný, dbát na budování interpersonálních vztahů a snažit se o kompromis. To na něm bude jeho kultura oceňovat. Pokud nebudou jedinci splňovat normy, které jim jejich kultura ukládá, povede to u nich spíše k jejich negativnímu sebepojetí, jak upozorňuje DeVito.<sup>70</sup>

Čtvrtým zdrojem vlastního sebepojetí je interpretace a hodnocení vlastní osoby. „*Interpretace vlastního chování (tj. jak si své chování v daném případě rekonstruuje a jak je chápe) a hodnocení sebe sama (hodnota, ať pozitivní nebo negativní, kterou přisuzujete svému chování) přispívají k vašemu sebepojetí.*“<sup>71</sup> Pokud člověk například považuje lež za špatnou věc, a někdy zalže, pravděpodobně se u něj projeví pocit viny, že porušil vlastní přesvědčení, a své vlastní sebepojetí bude hodnotit negativně. Pokud např. člověk podstoupí vědomě velké riziko při záchraně života někoho dalšího, bude to mít zase na jeho sebepojetí vliv pozitivní, neboť bude mít sám ze sebe dobrý pocit.

V této souvislosti DeVito zmiňuje pojem sebeuvědomění, který považuje sebeuvědomění za základ veškeré komunikace. Definici tohoto pojmu přináší Goleman, který říká, že „*sebeuvědomění je schopnost spolehlivě rozpoznat vlastní emoce, silné i slabé stránky,*

---

<sup>68</sup> DEVITO, Joseph. *Základy mezilidské komunikace*. s. 67.

<sup>69</sup> DEVITO, Joseph. *Základy mezilidské komunikace*. s. 67.

<sup>70</sup> DEVITO, Joseph. *Základy mezilidské komunikace*. s. 67.

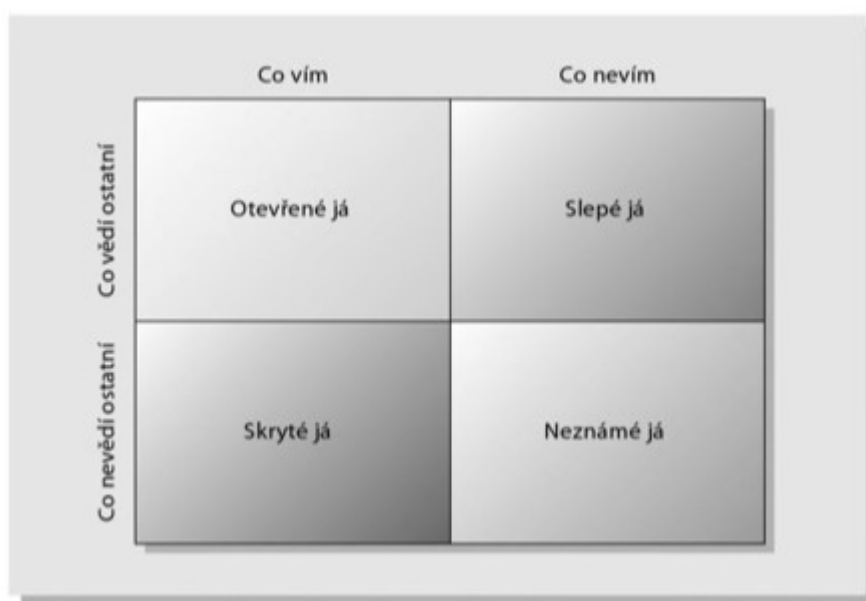
<sup>71</sup> DEVITO, Joseph. *Základy mezilidské komunikace*. s. 67.

*potřeby a motivace. Lidé s vysokým sebeuvědoměním nejsou přehnaně kritičtí ani nerealisticky optimističtí. Jsou upřímní sami k sobě i k ostatním.“<sup>72</sup>*

Goleman zároveň dodává, že „sebeuvědomění se týká též správného chápání vlastních hodnot a cílů. Člověk nadaný vysokým sebeuvědoměním ví, kam směřuje a proč. Ten, kdo sebeuvědomění naopak postrádá, má sklon k rozhodnutím, která vinou podceňování vlastních hodnot vedou k vnitřním zmatkům.“<sup>73</sup> To je u adolescentů v době, kdy si často neví rady sami se sebou, obzvlášť důležité.

Pro uvědomění si vlastního já DeVito doporučuje rozdělit vlastní Já symbolicky do čtyř oblastí. Jedním z nástrojů je tzv. okno Johari, které rozděluje vlastní Já do čtyř kvadrantů. Jedná se o jednoduchý nástroj, který se používá k tomu, aby člověk sám o sobě zjistil, co o sobě ví a co o sobě neví. Graficky je toto okno Johari zachyceno na Obrázku 2.

Obrázek 2 Okno Johari



Zdroj: DEVITO, Joseph. *Základy mezilidské komunikace*. s. 68.

Z Obrázku 2 vyplývá, že Já každého jedince se skládá z:

- otevřeného Já,

<sup>72</sup> GOLEMAN, Daniel. *Jak se stát skutečným lídrem*. část Sebeuvědomění – nečíslováno.

<sup>73</sup> GOLEMAN, Daniel. *Jak se stát skutečným lídrem*. část Sebeuvědomění – nečíslováno.

- slepého Já,
- skrytého Já a
- neznámého Já.

První kvadrant je tzv. otevřené Já. Člověk by si měl uvědomit, co ví on sám a co vědí ostatní. „*Otevřené já představuje všechny informace, chování, postoje a názory, které o sobě máte a které mají ostatní o vás.*“ <sup>74</sup> Může se jednat o aspekty typu jméno, barva pleti, pohlaví, věk, náboženské vyznání, politické postoje apod. To, co do otevřeného Já člověk zařadí, přímo závisí na osobnosti daného jedince a jeho okolí, se kterým tento jedinec komunikuje. K některým lidem je člověk sdílnější, otevřenější, k některým nikoliv, což ovlivňuje obsah otevřeného Já.

Druhý kvadrant tvoří tzv. slepé Já. Člověk by si měl uvědomit, co neví on sám, ale co vědí na druhou stranu ostatní. „*Slepé já představuje vědomosti, které o vás mají druzí, ale které vám chybějí.*“ <sup>75</sup> Řadíme sem např. nevědomé skákání lidem do řeči, dávání rukou do kapes v případě nervozity, červenání při rozhovoru s cizím člověkem apod. Pokud člověk do tohoto kvadrantu zařadí více aspektů, znamená to, že má nízké sebevědomí o sobě samém, což vede mimo jiné k horší mezilidské komunikaci. Z toho důvodu je třeba tento kvadrant brát jako výzvu, tzn., člověk si vlastním uvědoměním svých slabých stránek nastaví, na čem by chtěl sám na sobě pracovat, aby se tento kvadrant co nejvíce zmenšoval a obsahoval co nejméně položek. Zároveň je třeba neustále mapovat, co ostatní vědí o daném jedinci, aby se tento kvadrant neustále aktualizoval.

Třetí kvadrant tvoří tzv. neznámé Já. Člověk by si měl uvědomit, co neví on sám, a co nevědí o jedinci ostatní. „*Neznámé Já představuje ty části vašeho já, které neznáte ani vy, ani nikdo jiný. Jsou to informace ukryté hluboko ve vašem podvědomí.*“ <sup>76</sup> Odhalit obsah tohoto kvadrantu může pomoci např. hypnóza, kdy se člověk prostřednictvím hypnózy může např. dozvědět, že je posedlý penězi, že má strach z kritiky, že se bojí toho, že nebude mít přátele apod.

---

<sup>74</sup> DEVITO, Joseph. *Základy mezilidské komunikace*. s. 69.

<sup>75</sup> DEVITO, Joseph. *Základy mezilidské komunikace*. s. 69.

<sup>76</sup> DEVITO, Joseph. *Základy mezilidské komunikace*. s. 69.

Poslední kvadrant tvoří tzv. skryté Já. Člověk by si měl uvědomit, co ví on sám, ale co nevědí na druhou stranu ostatní. „*Skryté já představuje všechno, co o sobě víte, ale co skrýváte před ostatními. Tato „okenní tabule“ obsahuje všechna vaše úspěšně skrývaná tajemství, například představy, trapné zážitky a jakékoliv názory nebo přesvědčení, za které byste se mohli stydět.*“

<sup>77</sup> V případě adolescentů se může v tomto kvadrantu objevit např. tajemství, že daný jedinec chodí s člověkem jiné barvy pleti, protože jeho rodiče by byli zásadně proti, nebo že adolescent neudělal důležitou zkoušku, nechce jít na vysokou školu, přestože to rodiče chtějí, apod.

K růstu sebeuvědomění a zvýšení pozitivního vnímání vlastního sebepojetí může u adolescentů (a nejenom u nich) pomoci celá řada způsobů. DeVito doporučuje některé z nich, které lze označit za jednoduché nástroje. Zmiňuje např.:

- naslouchat druhým,
- zvětšovat otevřené já,
- snižovat slepé já,
- hledat informace sám o sobě,
- vést dialog sám se sebou.<sup>78</sup>

Naslouchat druhým je skutečně jednoduchý nástroj, jak pozitivně pracovat na svém sebeuvědomění a sebepojetí. Tato metoda spočívá v tom, že by jedinec měl naslouchat druhým a nepřetržitě od nich přijímat zpětnou vazbu, která je nutná ke zvýšení vlastního sebeuvědomění a sebepojetí. Poznámky, které člověk často slýchá (např. uvolněte se, berte to s nadhledem, nerozčilujte se nad blbostmi apod.) mohou člověka často navést na to, jak ho vnímají ostatní a v čem by měl na sobě zapracovat, aby jeho vlastní sebeuvědomění a sebepojetí rostlo. Z toho důvodu se vyplatí těmto informacím věnovat velkou pozornost a přikládat jim z důvodu růstu vlastního sebeuvědomění a sebepojetí velký význam.

Další možností ke zvýšení vlastního sebeuvědomění a sebepojetí je zvětšování otevřeného Já a snižování slepého Já. Ve své podstatě jde o jednoduchý nástroj, kdy si člověk uvědomí své silné stránky (otevřené Já) a své slabé stránky (slepé Já) a na těchto aspektech pracuje. V případě otevřeného Já je třeba prohlubovat své silné stránky, v případě slepého Já je třeba

---

<sup>77</sup> DEVITO, Joseph. *Základy mezilidské komunikace*. s. 69.

<sup>78</sup> DEVITO, Joseph. *Základy mezilidské komunikace*. s. 69.

své slabé stránky minimalizovat tím, že si je člověk uvědomí, a učiní kroky, které povedou k odstranění, nebo alespoň minimalizaci těchto slabých stránek.

Další možností, kterou DeVito doporučuje, je hledání informací o sobě samém. Doporučuje, aby člověk povzbuzoval lidi ve svém okolí, aby na sebe získal nějaký názor, nebo zpětnou vazbu. Může se jednat o jednoduché otázky typu: „To jsem ale hloupá, že nechci jít na vysokou školu, vid’?“ nebo „Myslíš, že jsem na něj byla zlá?“ apod. Na druhou stranu je třeba si uvědomit, že pokud se člověk bude vyptávat na sebe příliš často, pravděpodobně to lidi z okolí daného jedince spíše otráví, tzn., doporučuje se tuto metodu využívat s mírou.

DeVito doporučuje dále i vést dialog sám se sebou, tzn., jedinec by se měl sám sebe ptát, co je jeho cílem, co ho motivuje, co ho demotivuje, jaké jsou jeho slabé a silné stránky apod. Častou pomáhá, pokud si člověk otázku položí nahlas a odpověď si někde zapíše. To mu pomůže stanovovat si životní cíle a svůj životní plán, o kterém bude pojednáno v dalším textu této práce.<sup>79</sup>

V souvislosti s vlastním sebepojetím u adolescentů je třeba zmínit, že velký vliv na vlastní sebepojetí v tomto období mají tělesné, psychické a sociální změny, které u adolescentů v tomto období nastávají. Sigmundová a Sigmund zmiňují několik pohledů na období adolescence. Uvádějí názor Macka, který období dospívání rozděluje na dvě fáze:

- období pubescence (střední školní věk, 11 až 15 let),
- období adolescence (starší školní věk, 15 až 20 let, popř. 22 let).

Uvádí, že *„počátek adolescence je spojován s plnou reprodukční zralostí a ukončením tělesného růstu, kdežto konec tohoto období je určován především kritérii psychologickými a sociálními.“*<sup>80</sup>

Sigmundová a Sigmund uvádějí i poznatek ze zahraniční literatury, kdy období dospívání rozděluje Anderson na tři období adolescence:

- časná adolescence (ve věku 10/11 – 13 let),

---

<sup>79</sup> DEVITO, Joseph. *Základy mezilidské komunikace*. s. 69.

<sup>80</sup> SIGMUNDOVÁ, Dagmar a Erik SIGMUND. *Trendy v pohybovém chování českých dětí a adolescentů*. s. 11.

- střední adolescence (ve věku 14 – 16 let),
- pozdní adolescence (ve věku 17 – 20 let).

Anderson považuje pojem pubescence a adolescence za totožný, jak uvádí Sigmundová a Sigmund.<sup>81</sup>

Orel uvádí, že velký vliv na vývoj sebepojetí u adolescentů má hormonální produkce, která způsobuje vyšší emocionální labilitu, která se projevu zejména sklonem reagovat přecitlivěle. Adolescent je zároveň více podrážděný. *„Emoční reakce jsou výrazné a intenzivní, ale zpravidla krátkodobé – odráží se také ve výkyvech sebepojetí, v nejistotě o sobě samém a vyšší zranitelnosti sebeúcty. Pubescenti jsou přecitlivělí na jakékoliv reakce z okolí.“*<sup>82</sup>

Vyšší impulzivita u adolescentů vede k tomu, že jsou adolescenti zpravidla schopni se méně ovládat, více se uzavírají sami do sebe, méně projevují své city a jsou méně otevření vůči svému okolí. K tomu se velmi často objevuje vztahovačnost, neschopnost dělat kompromisy, nechut' dělat kompromisy, což vede k projevům osobní nejistoty. Z toho důvodu se emoční labilita a časté konflikty, které jsou s tímto obdobím spojeny, označují jako „období bouří a krizí.“

Na sebepojetí adolescentů má v tomto období vliv také to, že v tomto období výrazněji dozrávají mozkové oblasti, které souvisejí s motivací. Adolescent v tomto období jasně chápe motivaci, která je svázána např. něco konkrétního dělat a zažívat pocity uspokojení.

Adolescent je schopen v tomto období systematicky uvažovat o možnostech, i když se často nerozhodne správně. *„Změna pohledu na svět vede k zdůraznění egocentrismu. Jedním z výstupů je pak vysoká kritičnost, sklon k polemikám, vztahovačnost. Běžné je, že pubescent považuje své myšlenky, zkušenosti a pocity za zcela výjimečné.“*<sup>83</sup>

Adolescent v tomto období často trpí pocitem, že ho nikdo nechápe. To souvisí s tím, že v tomto věku je již schopen uvažovat o různých alternativách, vytvářet si domněnky, uvažovat logicky. To vede k přívalu nových myšlenek, impulzů a samozřejmě i nálad. Adolescent často

<sup>81</sup> SIGMUNDOVÁ, Dagmar a Erik SIGMUND. *Trendy v pohybovém chování českých dětí a adolescentů*. s. 11.

<sup>82</sup> OREL, Miroslav et al. *Výbrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 56.

<sup>83</sup> OREL, Miroslav et al. *Výbrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 56.

zkoumá své vlastní nitro. O nových zkušenostech však není schopen díky větší uzavřenosti, která je typická pro toto období, s nikým moc mluvit. To je u něj způsobeno tím, že by ho stejně nikdo nepochopil, čímž vytváří začarovaný kruh uzavřenosti a nepochopení.

U adolescenta se rozvíjí i abstraktní myšlení. Zvyšuje se mu slovní zásoba, je schopen se lépe výrazově vyjadřovat. Často u adolescentů sledujeme rozvoj dovedností a kompetencí, které provází nové a hlubší zájmy. Adolescent se často zajímá v tomto období o něco nového, ať je to již oblast literatury, sportu, hudby apod. Orel upozorňuje na to, že s těmito změnami souvisí to, že se adolescent hůře koncentruje (má více podnětů) a je více unavený (je zaměstnaný velkým množstvím aktivit), což v konečném důsledku vede ke snížení jeho výkonu. Často se tak u adolescentů stává, že mají horší známky ve škole, podávají horší výkony ve sportu apod.<sup>84</sup>

*„Celé období dospívání je fází hledání a rozvoje své vlastní identity. Pubescent se sám sebou zabývá ve zvýšené míře – sebepoznání nabývá větší hloubky, hranice vlastního sebepojetí je překračována, mění se představa o sobě samém. Objevuje se také nová dimenze sebepoznání – introspekce, tedy zaměření na vlastní pocity, prožitky a myšlenky. Protože je ale s introspekci spojen nedostatek zkušeností, přichází pubescent k závěru, že nikdo jiný nemá takové myšlenky a pocity, že ty jeho jsou výjimečné – v důsledku toho mu vlastně nikdo nemůže rozumět. To spolu s nespokojeností, kritičností, vnitřní nejistotou, přecitlivělostí a emoční labilitou vede ke konfliktům,“*<sup>85</sup> jak vysvětluje Orel.

Zvýšený pocit nepochopení souvisí i s tím, že pro období adolescence jsou typické fantazijní představy sebe sama. Adolescent sám sebe idealizuje, což může často vést k pocitu zklamání, pokud se skutečnost odlišuje výrazněji od nereálného ideálu.

Důležité změny v oblasti sebepojetí nastávají také v oblasti sociální. To je způsobeno tím, že pro adolescenta je v tomto období důležité, jak ho přijímá okolí a jak na něj okolí reaguje. Zejména důležité je to, jak ho přijímají a oceňují jeho vrstevníci. Orel hovoří o tom, že je v tomto období časté, že se adolescent ztotožní s nějakou sociální skupinou, od které přejímá skupinovou identitu. Ve většině případů má tato skupinová identita ovšem dočasný charakter. *„Platí, že čím vyšší je identifikace se skupinou, tím větší je i potřeba konformity k hodnotám a*

---

<sup>84</sup> OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 57.

<sup>85</sup> OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 57 – 58.



*normám dané skupiny. Pubescent jednoznačně odmítá podřízenou roli – dohadování se, odmítání a spory s autoritami jsou jedním z typických znaků puberty, stejně jako určitá teatrálnost a užívání určitých slovních obrátů. “<sup>86</sup>*

Orel uvádí, že to, jaký má adolescent vztah s vrstevníky a zda zapadl či nezapadl do nějaké vrstevnické skupiny, má podstatný vliv na utváření jeho sebepojetí. Vztah k vrstevníkům je totiž v tomto období velmi důležitý. Orel dokonce uvádí, že se jedná o hybnou sílu v období každého adolescenta, neboť to, co si o něm myslí vrstevníci, je pro adolescenta velmi podstatné. *„Mínění vrstevníků má vysoký význam a hodnotu a naopak odsudek představuje těžkou hrozbu. Celé období dospívání je rozhodující pro uspokojivé převzetí budoucích rolí manželských (a partnerských) a také rodičovských. “<sup>87</sup>*

*„Ačkoliv psychické a fyzické změny, které dospívající prožívají, nemusí probíhat souběžně, je puberta fází fyzické, sexuální a sociální destabilizace. Jedná se o přechodné stádium k získání sebevědomí, své vlastní identity. Dospívající žijí v šedé zóně, ve které neexistuje jednoznačnost. Je to svět rozervanosti: Obrovské výkyvy, vzestupy a pády, smutek a štěstí, v jednu chvíli nebetyčná radost a za okamžik sklíčenost k uzoufání, síla a slabost, neustálé pendlování mezi velikašským fantazírováním a klesáním až na dno. Stručně řečeno jsou neustálé a náhlé změny tím jediným, co zůstává jednoznačné. “<sup>88</sup>*

### 2.2.2 Profesní pojetí u adolescentů

Orel uvádí, že „v průběhu celého dospívání dochází k výrazným změnám na úrovni tělesné, psychické, sociální (i spirituální). Podstatná je nejen změna role z „dětského“ na „dospělé“, ale také nalezení a potvrzení sebe sama, své vlastní identity jako svébytné osoby s konzistentními cíli, profesní orientací, přátelskými a sexuálními vztahy, morálními hodnotami a skupinovou příslušností. “<sup>89</sup>

Orel zdůrazňuje, že na vlastní sebepojetí u adolescentů má velký vliv kromě biologických, psychických a sociálních změn také volba další životní cesty. Adolescent se v tomto období musí rozhodnout, jaké by v budoucnosti chtěl dělat povolání, a tomu přizpůsobit své životní

<sup>86</sup> OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 58.

<sup>87</sup> OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 58 – 59.

<sup>88</sup> ROGGE, Jan-Uwe. *Puberta*. s. 16.

<sup>89</sup> OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 57.

cíle a plány. Je třeba upozornit na to, že většina adolescentů není v tomto věku takto uvažovat, neboť u nich není stále dokončeno zájmové a názorové vyhranění, včetně nedokončeného vývoje vlastností a schopností. To je důvodem, že často dochází k tomu, že si adolescent vybere svoji další životní cestu špatně, neboť má nepřesné, zkreslené, nebo nejasné představy, což ve finále může u něj vést až k dosažení pocitu zklamání.<sup>90</sup>

Z toho důvodu Orel označuje ukončení povinné školní docházky a volbu dalšího profesního (nebo studijního) zaměření za klíčové. Dokonce tento okamžik označuje za významný sociální mezník. Je to z toho důvodu, že sociálně-profesní role jsou důležitou součástí identity adolescenta a mají vliv na jeho profesní sebepojetí. Důvodem je skutečnost, že v tomto období se vytvářejí profesní (studijní) role, od kterých se odvíjí další život adolescenta.

Orel upozorňuje na skutečnost, že přestože se jedná o důležité období, které má z hlediska profesního sebepojetí vliv na další život adolescenta, spousta adolescentů berou výběr profese (studijního zaměření) na lehkou váhu. Bohužel v tomto období totiž upadá zájem adolescenta o učivo obecně, neboť má spoustu jiných dalších zajímavějších podnětů, což často zhoršuje jeho možnosti uplatnění v dalším životě. Školu bere většina adolescentů jako nutné zlo, které ho omezuje na jeho cestě za jeho sny. „Úspěšnost ve škole přestává být cílem a stává se prostředkem. Přitom součástí žákovské role je tendence se příliš nenamáhat.“<sup>91</sup>

Co se týče profesního sebepojetí, Orel přichází se zajímavou myšlenkou. Vysvětluje rozdíl mezi profesním sebepojetím u učňů a studentů. Zatímco učni berou podle Orla své profesní sebepojetí, resp. výběr profese jako prostředek, díky kterému se dostanou ke svým vlastním penězům a stanou se finančně nezávislými, studenti berou volbu studia jako prostředek k tomu, aby se měli v životě lépe.<sup>92</sup>

Se zajímavou myšlenkou přichází Hlad'o, který přejímá výsledky výzkumu Donalda E. Supera. Ten uskutečnil celou řadu výzkumů spojených s profesním sebepojetím a učinil celou řadu závěrů v oblasti profesního sebepojetí. Například tvrdí, že:

---

<sup>90</sup> OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 54.

<sup>91</sup> OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 59.

<sup>92</sup> OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. s. 63.

- profesní sebepojetí člověka se utváří již od raného dětství a pokračuje po celý život až do smrti, neboť jedinec se rozhoduje o svém povolání po celý život,
- profesní zájmy a profesní sebepojetí se mění vlivem času, životních zkušeností a prostředí, ve kterém člověk žije a pracuje,
- profesní sebepojetí je ovlivněno sociálním a ekonomickým okolím, ve kterém jedinec žije,
- profesní sebepojetí může být usměrňováno výchovou a poradenstvím, úpravou podmínek, ve kterých probíhá proces dospívání jedince.<sup>93</sup>

Super vnímá profesní sebepojetí jako součást vývojového procesu, který probíhá po celý život jedince. Tento proces rozdělil celkem do pěti vývojových období, která nazývá takto:

- stádium růstu (growth),
- stádium zkoumání (exploration),
- stádium budování (establishment),
- stádium udržování (maintenance),
- stádium odpoutání (disengagement).<sup>94</sup>

Adolescentů se týkají první dvě stádia z hlediska profesního sebepojetí. Stádium růstu totiž Super upřesňuje věkovým rozmezím od 4. roku do 13. roku života. Stádium zkoumání poté od 14. do 24. roku života. Pro první stádium jsou podle něj důležité z hlediska profesního sebepojetí vzory. Mohu se jimi stát rodiče či ostatní příbuzní. Velmi často se těmito vzory stávají ale i herci, sportovci apod., tedy slavné osobnosti, které adolescent poznává prostřednictvím různých médií. S tím souhlasí i Krátká, kterou rovněž cituje Hlad'o, která říká, že „*profesní orientaci významně ovlivňuje identifikace s postavami z audiovizuálního světa.*“<sup>95</sup>

Druhým stádiem, které se týká adolescentů, je stádium zkoumání. Pro toto stádium je typické velké množství podnětů, kdy se adolescent jeden den rozhodne dělat nějaké povolání, ale druhý den už to může být něco jiného. Profesní sebepojetí je v tomto období ovlivněno prvními pracovními zkušenostmi nebo osobami, se kterými přijde adolescent do styku.

<sup>93</sup> HLAĐO, Petr. *Profesní orientace adolescentů: Poznatky z teorií a výzkumů*. s. 32.

<sup>94</sup> HLAĐO, Petr. *Profesní orientace adolescentů: Poznatky z teorií a výzkumů*. s. 33.

<sup>95</sup> HLAĐO, Petr. *Profesní orientace adolescentů: Poznatky z teorií a výzkumů*. s. 34.

Adolescent je schopen většinou vyhodnotit, zda má schopnosti a dovednosti, aby danou profesi mohl vykonávat. „Ve stádiu zkoumání převažuje hledání, při němž se výběr profese zužuje, ale nekončí. Jedinci začínají shromažďovat specifické informace o sobě a o světě práce. Z těchto informací dále vycházejí při přizpůsobování zájmů a schopností, když se pokoušejí uskutečnit sebepojetí v pracovních a dalších životních rolích,“ jak uzavírá tuto problematiku Hlad'o.<sup>96</sup>

## 2.3 Význam životních plánů pro budoucí život adolescentů

„Životní cíl každého člověka je jedinečný. Je to budoucnost, ve které si představujete, čím se chcete stát, čeho chcete dosáhnout, čím přispět, co vytvořit. Správný cíl je jasný a pevně stanovený, aniž by byl příliš restriktivní. Slouží jako ústřední bod, k němuž směřujete veškeré své úsilí, cíl, který vás inspiruje k tvořivosti a který slouží jako katalyzátor zásadních rozhodnutí a činů.“<sup>97</sup>

### 2.3.1 SMART cíle

Nejenom v organizacích, ale také v osobním životě lze cíle, kterých chce člověk v životě dosáhnout, definovat podle tzv. SMART metody. V této metodě jde o to, „abychom dokázali svůj cíl popsat a postavit tak, aby byl jasný, srozumitelný a aby nám pomohlo pojmenovat, co skutečně chceme, a dosáhnout ho.“<sup>98</sup>

Stanovení cíle není jednoduché. Nápomocná může být již zmiňovaná metoda SMART, díky které člověk při stanovení životního cíle tento cíl lépe nastaví. Jedná se o zkratku, kterou tvoří první písmena anglických slov:

- S = specific = specifický,
- M = measurable = měřitelný,
- A = acceptable = akceptovatelný,
- R = real = reálný,

---

<sup>96</sup> HLADŮ, Petr. *Profesní orientace adolescentů: Poznatky z teorií a výzkumů*. s. 34.

<sup>97</sup> WILLIS, Ethan a Randy GARN. *Jak mít život pod kontrolou*. s. 34.

<sup>98</sup> KANÁKOVÁ, Eva. *Jak efektivně vést porady*. s. 128.

- T = term = termínovaný.<sup>99</sup>

Kaňáková k výše uvedeným pěti „nápovědám“ pro správné nastavení cíle ještě přidává další dvě písmenka:

- E = emotional = emočně podbarvený,
- R = recorded = zaznamenaný.<sup>100</sup>

Nyní je vhodné si vysvětlit blíže, co se za každým slovem skrývá.

Specifičnost cíle znamená, že je při jeho stanovování nutné cíl pojmenovat. Musí být jasně definováno to, čeho chceme dosáhnout (např. chci si najít zaměstnání v zahraniční firmě). Je obvyklé, že nejdříve je cíl definován zeširoka. To pomůže člověku se nasměrovat. Teprve poté přicházejí detaily, co všechno musí cíl splňovat. Člověk si v této fázi ujasňuje představy a potřeby. „*Mohou však nastat i situace, kdy přesně známe konečný cíl, ale na cestě k němu je hodně neznámých. Pomocí SMART plánu tvoříme strukturu a cestu k jeho splnění, uvědomujeme si postupně, co vše je ke splnění cíle zapotřebí a co je důležité.*“<sup>101</sup>

Měřitelnost cíle znamená, že pro jeho stanovení je nutné říci dobu, během které chceme stanoveného cíle dosáhnout (např. chci si najít zaměstnání v zahraniční firmě po ukončení vysoké školy). Z toho důvodu je nutné cíl monitorovat a měřit. Kaňáková ale upozorňuje, že ne vždy je snadné cíli přiřadit nějakou měřitelnou hodnotu. V této situaci doporučuje, aby člověk našel nějakou jinou formu, která pomůže nastavit kritérium měřitelnosti.<sup>102</sup>

Akceptovatelnost cíle znamená, že cíl musí být nastaven tak, aby s ním byl ztotožněn člověk, který si tento cíl nastavuje, tj. aby tento životní cíl akceptoval. Jistou hrozbu skýtají životní cíle, které jsou nastavené příliš vysoko (např. chci se stát guvernérem České národní banky). V okamžiku, kdy je pro člověka totiž těžké cíl splnit, nebo jeho splnění vyžaduje vyvinout takové úsilí, že cíl je v nedohlednu, stává se velmi často, že se u člověka projeví demotivovanost, že stanoveného cíle nedosáhl. Pokud je cíl stanoven naopak příliš nízko,

<sup>99</sup> STUHLÍK, Robert. *Tým snů*. s. 58.

<sup>100</sup> KAŇÁKOVÁ, Eva. *Jak efektivně vést porady*. s. 128.

<sup>101</sup> KAŇÁKOVÁ, Eva. *Jak efektivně vést porady*. s. 128.

<sup>102</sup> KAŇÁKOVÁ, Eva. *Jak efektivně vést porady*. s. 128.

člověk ho rychle dosáhne a začne se nudit. „*Proto je opravdu velmi důležité nalézt při stanovování cílů správnou hranici, aby nás cíl motivoval.*“ <sup>103</sup>

Reálnost cíle znamená, že stanovený cíl, kterého chce člověk v životě dosáhnout, musí být reálný. Je něco jiného, pokud má člověk za cíl si po skončení vysoké školy nalézt zaměstnání v zahraniční firmě (což je reálné), než když si člověk klade za cíl, že se po skončení vysoké školy stane guvernérem České národní banky (což je vysoce nereálné). Mohlo by se zdát, že akceptovatelnost a reálnost cíle je totožná, ale reálnost vychází z podmínek, které daný člověk má. Např. člověk, který vystuduje herectví má, nižší šanci stát se guvernérem České národní banky než člověk, který vystuduje vysokou školu s ekonomickým zaměřením. <sup>104</sup>

Termínovanost cíle znamená, že pro splnění stanoveného cíle je nutné si stanovit pevně dané termíny (např. po skončení vysoké školy si chci nalézt zaměstnání v zahraniční firmě). „*Jestliže si pro splnění cílů nestanovíme pevné a jasné termíny, narážíme zpravidla na vlastní nedůslednost, která splnění cílů oddaluje nebo dokonce znemožňuje. Stanovení termínů je jednou ze základních podmínek pro splnění cílů a úkolů.*“ <sup>105</sup> Stanovené termíny nestačí ale jen definovat, ale je nutné je i kontrolovat a zejména dodržovat. Bez toho se nepodaří cíl většinou splnit.

Dále je vhodné vysvětlit ještě další dvě písmenka E (emoční podbarvenost) a R (zaznamenaný cíl), které zmiňuje Kaňáková.

Emoční podbarvenost vychází z toho, že pokud člověk má definovaný cíl, který ho baví, mnohem více je motivován, aby stanoveného cíle dosáhl, a naopak. Pozitivní myšlení je to, co žene člověka kupředu, aby stanoveného cíle dosáhl, a naopak. „*Proto je důležité zapojit vlastní emoce, které posilují naši radost z cíle a jeho splnění a provázejí nás po celou dobu cesty k cíli.*“ <sup>106</sup>

Zaznamenanost cíle znamená, že splnitelnost cíle se zvyšuje, pokud jej člověk nějakým způsobem zaznamená, zapíše. Úplně nejlepší variantou je, pokud člověk svůj životní cíl vidí každý den. „*Někdy napsaný a viditelný cíl, sledovaný jinými a to, že se nechceme před*

---

<sup>103</sup> KAŇÁKOVÁ, Eva. *Jak efektivně vést porady.* s. 128 – 129.

<sup>104</sup> KAŇÁKOVÁ, Eva. *Jak efektivně vést porady.* s. 129.

<sup>105</sup> KAŇÁKOVÁ, Eva. *Jak efektivně vést porady.* s. 129.

<sup>106</sup> KAŇÁKOVÁ, Eva. *Jak efektivně vést porady.* s. 129.

*ostatními zesměšnit, může naši cestu k cíli výrazně podpořit. Jestliže to ke splnění cíle pomůže, určitě to má smysl.“*<sup>107</sup>

### 2.3.2 Životní plán – jeho základní definice a význam

Životní cíle jsou součástí životního plánu každého člověka. Definice životního plánu nalezneme v literatuře celou řadu. Nejobsáhleji se definicím věnoval Hennig, který citoval celou řadu autorů, tzn. pohled na to, co je to životní plán, se liší autor od autora. Životní plán může být tedy definován jako:

- *„nevědomý životní plán člověka, který vychází z rozhodnutí učiněných v raném dětství (autor Berne),*
- *scénář jako vnitřní program ze zkušenosti dřívějších vztahových osob (autor Berne, Steiner),*
- *scénář jako reakce na prožitou podporu nebo omezování v určitých vývojových fázích (autor Levin),*
- *scénář jako sbírka životních rozhodnutí (sloužících k přežití) (autor Goulding),*
- *scénář jako přizpůsobení se určitému prostředí (autor Schiff),*
- *scénář jako reakce na traumata z raného dětství (autor Erskine),*
- *scénář jako princip řádu života, jako vědomé a předvědomé životní plánování (autor English),*
- *scénář jako biografické hledání smyslu (autor Allen),*
- *scénář jako řízené chování při stresu (autor Kahler).“*<sup>108</sup>

Z uvedeného je patrné, že všichni autoři vidí životní plány buď jako plány, které si člověk vytváří nevědomě, nebo naopak si tyto plány definuje vědomě. Kromě toho *„společné všem těmto pojetím scénáře je, že životní plán ovlivňuje v aktuálních situacích myšlenky, pocity a chování a skrze jeho zpracování dochází ke změnám uvnitř psychiky a změnám chování.“*<sup>109</sup>

---

<sup>107</sup> KAŇÁKOVÁ, Eva. *Jak efektivně vést porady*. s. 129.

<sup>108</sup> HENNIG, Gudrun. *Transakční analýza*. s. 73.

<sup>109</sup> HENNIG, Gudrun. *Transakční analýza*. s. 73.

Za zmínku stojí ještě definice Hudečka, která sice pochází z roku 1986, ale vypovídací schopnost má do dneška. Hudeček říká, že „*životní plán je cílové zaměření na nejvyšší úrovni. Je to v podstatě uspořádaný soubor životních cílů a zásad jejich realizace.*“<sup>110</sup>

Podobný pohled na životní plán jako Hudeček má Jonikas, která říká, že životní plán je v podstatě plán toho, co by chtěl člověk ve svém životě dělat. Díky existenci (sestavení) životního plánu má člověk možnost podívat se na oblasti, ve kterých si chce stanovit nové životní cíle nebo provést některé změny. Těmito oblastmi mohou být:

- kde člověk žije,
- s kým člověk tráví svůj volný čas,
- kde člověk nakupuje,
- kde člověk získává podporu při řešení svých problémů,
- kde člověk pracuje,
- kde člověk bydlí,
- kde člověk studuje apod.

Jonikas upozorňuje, že je dobré při sestavování nebo modifikaci životního plánu mít na mysli, že nikdo svůj život nezmění najednou. Většina lidí si vybírá jednu oblast, na které pracuje současně, což zvyšuje šanci, že životní cíl bude naplněn, resp. bude dosaženo jednoho z životních cílů.

Jonikas přichází se zajímavou myšlenkou. Podle ní je důležité si uvědomit, že většina lidí se zdravotním postižením i bez něj každý den splňuje alespoň některé cíle. Člověk bere jako naprostou samozřejmost každodenní záležitosti jako je sprcha, snídane, četba e-mailů, práce / škola, sledování oblíbeného seriálu apod. O těchto věcech obvykle člověk nepřemýšlí jako o cílech, ale mohou jimi být. Jonikas totiž životní plány a cíle staví nad stanovování a dosahování malých cílů, protože díky nim může člověk dosáhnout cíle většího.<sup>111</sup>

---

<sup>110</sup> HUDEČEK, Jaroslav. *Hodnotové orientace v motivační sféře osobnosti*. s. 67.

<sup>111</sup> JONIKAS, Jessica A. et al: *This is your life! Creating your self-directed life plan*. [online]. Copyright © [cit. 31.10.2019]. Dostupné z: <http://www.cmhsrp.uic.edu/download/sdlifeplan.pdf>. s. 3.

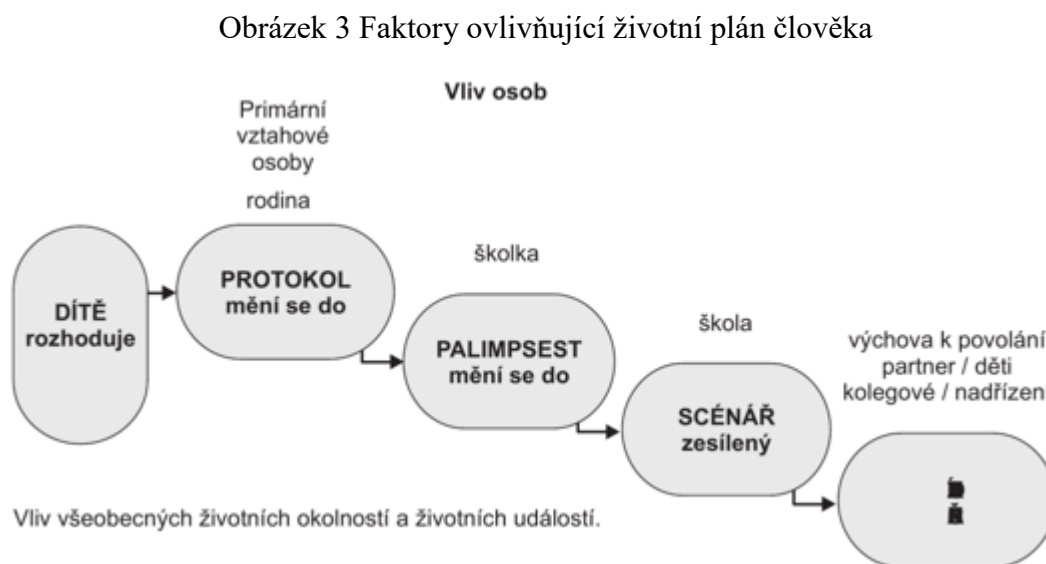


### 2.3.3 Faktory ovlivňující životní plány

Životní plány člověka může ovlivňovat celá řada faktorů. Hennig jich uvádí několik:

- základní genetické vybavení člověka,
- podmínky, které člověk nemůže v životě ovlivnit (osud),
- vliv okolí na člověka v jeho raném dětství,
- nutnost přizpůsobení se člověka určitému prostředí, ve kterém žije, vyrůstá,
- konflikty, které se člověku staly v minulosti, a z nich učiněná rozhodnutí,
- přesvědčení člověka o sobě samém, dalších lidech, o životě, nebo obecně o světě vůbec,
- rozhodnutí, která učiní člověk vědomě, včetně jejich následků.<sup>112</sup>

Z toho, co uvádí Hennig, vyplývá, že na životní plány člověka mají vliv faktory, které člověk nemůže ovlivnit, ale také faktory, na které má člověk větší či menší vliv. To je patrné i z Obrázku 3, kde Henning vysvětluje, že životní plán člověka ovlivňují jednak osoby, ale také všeobecné životní okolnosti a životní události.



Zdroj: HENNIG, Gudrun. *Transakční analýza*. s. 76.

„Za podstatné základy scénáře jsou považovány vlivy rodičů a blízkých osob a také dětská rozhodnutí, která pocházejí z raného dětství. „Rozhodnutím“ dítěte rozumíme přizpůsobení

<sup>112</sup> HENNIG, Gudrun. *Transakční analýza*. s. 74.

*se. Základem patologického vzoru jsou dětská rozhodnutí, která jsou z části masivně omezující, protože děti jsou ve všech oblastech, například náklonnost, výživa, odkázány na vztahové osoby. K tomu mají nižší frustrační toleranci a ještě méně informací než dospělí. Rozhodují se tak, aby ze svého pohledu vycházely s blízkými osobami pokud možno dobře. Na konflikty z raného dětství si nevzpomínají, proto je životní plán považován za nevědomý.“<sup>113</sup>*

Čím je dítě starší a přichází více do kontaktu s ostatními lidmi, objevují se u něj další a další faktory, které mají vliv na utváření jeho životního plánu. Poté hovoříme o životním plánu vědomém.<sup>114</sup>

Procesu jeho nastavování se budeme věnovat v další části této práce.

### 2.3.4 Proces nastavení životního plánu

Nastavení životního plánu označuje Jonikas jako proces. Podle ní jde o sled kroků, které pomáhají člověku vypořádat se s životním plánem. Konkrétně definuje těchto osm kroků, které jsou pro nastavení životního plánu klíčové:

- Krok 1: Kde jsem v procesu změny?
- Krok 2: Příprava životního plánu.
- Krok 3: Vytvoření kruhu podpory.
- Krok č. 4: Zvažování změny a výběr životního cíle.
- Krok 5: Plánování nového cíle nebo změny života.
- Krok 6: Jednání podle nového cíle nebo životní změny.
- Krok 7: Udržování úspěchu.
- Krok 8: Pohled do budoucnosti.<sup>115</sup>

---

<sup>113</sup> HENNIG, Gudrun. *Transakční analýza*. s. 75.

<sup>114</sup> HENNIG, Gudrun. *Transakční analýza*. s. 75.

<sup>115</sup> JONIKAS, Jessica A. et al: *This is your life! Creating your self-directed life plan*. [online]. Copyright © [cit. 31.10.2019]. Dostupné z <http://www.cmhsrp.uic.edu/download/sdlifeplan.pdf>. s. 8.

Prvním krokem je, aby si člověk uvědomil, kde je v procesu změny. Proces změny má totiž obvykle tyto čtyři fáze:

- změna mě nezajímá, nechci ji,
- uvažuji o změně,
- plánuji změnu,
- realizuji změnu.

Pokud člověk není rozhodnut, že chce realizovat nějakou změnu, která souvisí s jeho životem, životními cíli a životním plánem, neměl by se do nastavování cílů a životního plánu vůbec pouštět.<sup>116</sup>

Druhým krokem je příprava životního plánu. Jonikas zdůrazňuje, že v této fázi je nejdůležitější si uvědomit svoje silné a slabé stránky. Silné stránky pomohou člověku v realizaci životního plánu, kdežto slabé stránky člověka budou oslabovat a je možné, že kvůli nim nakonec životní plán člověka nebude naplněn.

Obzvlášť zdůrazňuje, že je důležité zamyslet se nad fyzickým a duševním zdravím, neboť to jsou často opomíjené aspekty mající vliv na životní plán člověka.<sup>117</sup>

Třetím krokem je vytvoření tzv. kruhu podpory. Podle Jonikas to znamená, že je třeba, aby měl každý člověk kolem sebe síť, skupinu nebo „kruh“ podporujících lidí, kteří jim pomohou dosáhnout jejich stanovených životních cílů.

Kruh podpory se skládá z lidí, kterým na člověku záleží, tzn., starají se o to, co se s člověkem děje, obhajují člověka, když se necítí dobře, a zejména člověku věří, že může dosáhnout toho, co v životě chce. Je důležité si uvědomit, že tento člověk nemusí být k dispozici pořád, ale je důležité, že člověk ví, že má někoho, kdo mu pomůže, podpoří ho, když bude o sobě pochybovat.<sup>118</sup>

---

<sup>116</sup> JONIKAS, Jessica A. et al: *This is your life! Creating your self-directed life plan*. [online]. Copyright © [cit. 31.10.2019]. Dostupné z: <http://www.cmhsrp.uic.edu/download/sdlifeplan.pdf>. s. 9.

<sup>117</sup> JONIKAS, Jessica A. et al: *This is your life! Creating your self-directed life plan*. [online]. Copyright © [cit. 31.10.2019]. Dostupné z: <http://www.cmhsrp.uic.edu/download/sdlifeplan.pdf>. s. 13.

<sup>118</sup> JONIKAS, Jessica A. et al: *This is your life! Creating your self-directed life plan*. [online]. Copyright © [cit. 31.10.2019]. Dostupné z: <http://www.cmhsrp.uic.edu/download/sdlifeplan.pdf>. s. 21.

Čtvrtým krokem je zvažování změny a výběr životního cíle. V tomto kroku Jonikas doporučuje soustředit se na jednu oblast, kterou chce člověk změnit nebo nastavit, čímž zvýší pravděpodobnost, že dosáhne stanoveného cíle.

V této fázi začne člověk přemýšlet o změně něčeho ve svém životě. Možná bude chtít přemýšlet o tom, jak si udělat přátele, získat práci, přestat kouřit nebo přestěhovat se do lepšího bytu. Jonikas upozorňuje, že v tuto chvíli není člověk připraven začít dělat skutečné plány nebo provádět změny, pokud si není jist, v jaké fázi změny se právě nachází.

Dobré je své úvahy o životním plánu a životním cíli zaměřit na tyto oblasti:

- úvahy nad tím, co se na životě líbí,
- úvahy nad tím, co se na životě nelíbí,
- úvahy nad tím, co by člověk nejradši změnil,
- úvahy nad tím, co se stane, když se podaří dosáhnout stanoveného životního cíle,
- úvahy nad tím, proč a jak může být změna obtížná.<sup>119</sup>

Pátým krokem je plánování nového cíle nebo změny života. Nejlepším způsobem, jak uspět, je postupovat pomalu a přecházet od výběru životního cíle, k plánování, jak dosáhnout cíle, až k samotnému dosažení cíle. Čas v tuto chvíli není důležitý. Pokud člověk věnuje plánování dostatečné množství času, má větší šanci, že se mu podaří ve svém životním plánu uspět.

V této fázi plánování změny je člověk již připraven přemýšlet o nástrojích, zdrojích a úkolech na podporu svého nového životního cíle. V této fázi je důležité zjistit:

- kroky, které je třeba podniknout, jakmile bude člověk připraven na akci (doporučuje se začít s malým životním cílem pro zajištění úspěchu),
- překážky v úspěchu (osobní a externí),
- zdroje (osobní a externí),
- rozpočet,
- druh podpory, kterou člověk potřebuje ke splnění svého životního cíle.<sup>120</sup>

---

<sup>119</sup> JONIKAS, Jessica A. et al: *This is your life! Creating your self-directed life plan*. [online]. Copyright © [cit. 31.10.2019]. Dostupné z <http://www.cmhsrp.uic.edu/download/sdlifeplan.pdf>. s. 25.

Šestým krokem je jednání podle nového cíle nebo životní změny. Jonikas v této fázi doporučuje učinit tyto činnosti, kroky:

- nastavit si termíny, do kterých chce člověk splnit své úkoly, resp. dosáhnout stanoveného cíle, který si v rámci svého životního plánu vytyčil,
- začít pracovat na úkolech, které povedou ke splnění stanoveného cíle, včetně toho, že si člověk své úkoly zaznamená, aby věděl, v jaké fázi plnění úkolu je,
- definovat si, podle čeho si člověk sám určí, že udělal nějaký pokrok.

Jonikas upozorňuje, že termíny nemusí být úplně dodrženy, neboť za mnohem důležitější považuje to, že si člověk uvědomí, jestli se se splněním svých vytyčených cílů posouvá vpřed nebo stagnuje na místě. Někdy člověk zjistí, že úkol trvá déle nebo méně času, než si myslel. To je běžné. Jednoduše to znamená, že by měl člověk upravit termíny tak, aby odpovídaly tomu, jak dlouho úkol skutečně trvá, jakmile na něm začne člověk pracovat. Je to také jeden z důvodů, proč Jonikas doporučuje, aby si člověk své plány každý týden kontroloval. Pravidelná kontrola totiž umožní upravit plány tak, aby odpovídaly tomu, co se v životě člověka děje.<sup>121</sup>

Sedmým krokem je udržování úspěchu. Úspěchem se v tomto smyslu rozumí nejen dosažení stanoveného cíle. Úspěch také znamená pokusit se dokončit nejtěžší ze stanovených úkolů. Znamená to také poučit se ze svých chyb a podle potřeby měnit své plány. Dosažení konečného cíle bude samozřejmě úžasný pocit, ale není to jediná míra úspěchu nebo důvodu, aby se člověk cítil hrdě, jak upozorňuje Jonikas.

V této fázi bude užitečné:

- odměnit se za úspěch při učení se z chyb, které člověk na cestě za svým stanoveným cílem udělá,
- obklopovat se lidmi, kteří člověka podporují,
- naučit se vypořádat s neúspěchy nebo s tím, pokud věci nefungují podle plánu.

---

<sup>120</sup> JONIKAS, Jessica A. et al: *This is your life! Creating your self-directed life plan*. [online]. Copyright © [cit. 31.10.2019]. Dostupné z <http://www.cmhsrp.uic.edu/download/sdlifeplan.pdf>, s. 32.

<sup>121</sup> JONIKAS, Jessica A. et al: *This is your life! Creating your self-directed life plan*. [online]. Copyright © [cit. 31.10.2019]. Dostupné z <http://www.cmhsrp.uic.edu/download/sdlifeplan.pdf>, s. 38.

Jakmile dokončí člověk svůj první úkol, bez ohledu na to, jak velký nebo malý, Jonikas doporučuje, aby se za to nějakým způsobem odměnil. Podle Jonikas je to nejlepší způsob, jak zůstat motivovaný. Nemusí se přitom jednat o nějaké velké finanční výdaje. Radost může člověku udělat, pokud si dopřeje den volna, přečte si hezkou knihu, tráví čas s rodinou nebo přáteli apod.<sup>122</sup>

Posledním osmým krokem je podívat se do budoucnosti. I zde je podle Jonikas důležité se odměnit, pokud člověk dosáhl vytyčeného životního cíle, který byl součástí jeho životního plánu. Tímto krokem však proces životního plánu nekončí, neboť se ve většině případů člověku otevrou nové cesty, resp. cíle, kterých by chtěl dále ve svém životě dosáhnout, jak uzavírá tuto problematiku Jonikas.<sup>123</sup>

## 2.4 Metodologie výzkumného šetření

V předcházejícím textu této práce byla popsána teoretická východiska, která souvisí s částí praktickou. Nyní je třeba zaměřit se i na její metodologii, která musí mít rovněž teoretickou oporu. Důvodem je skutečnost, že stěžejní náplní praktické části bude výzkumné šetření, které je třeba nějakým způsobem připravit, provést a vyhodnotit.

### 2.4.1 Fáze výzkumného šetření

*„Výzkum musí být prováděn v rámci jasných teoretických východisek. Jedná se o modely, koncepce a teorie, které je možné využívat a rozvíjet s cílem najít odpověď na výzkumnou otázku. Přitom je třeba si jasně uvědomit všechny předpoklady, podmínky a překážky, které s výzkumem souvisejí.“*<sup>124</sup>

Výzkumné šetření se skládá z několika kroků, které Tahal označuje jako fáze. Zároveň upozorňuje, že je třeba projít všemi fázemi výzkumného šetření, aby výzkumné šetření mělo odpovídající vypovídací schopnost. Spěchat v tomto ohledu se podle něj nevyplácí.

---

<sup>122</sup> JONIKAS, Jessica A. et al: *This is your life! Creating your self-directed life plan*. [online]. Copyright © [cit. 31.10.2019]. Dostupné z <http://www.cmhsrp.uic.edu/download/sdlifeplan.pdf>. s. 40.

<sup>123</sup> JONIKAS, Jessica A. et al: *This is your life! Creating your self-directed life plan*. [online]. Copyright © [cit. 31.10.2019]. Dostupné z <http://www.cmhsrp.uic.edu/download/sdlifeplan.pdf>. s. 45.

<sup>124</sup> ARMSTRONG, Michael a Stephen TAYLOR. *Řízení lidských zdrojů: Moderní pojetí a postupy*. s. 648.

Těmito fázemi jsou:

- formulace výzkumné otázky,
- formulace hypotéz / hypotézy,
- zvolení způsobu sběru dat,
- příprava obsahu výzkumného šetření (nejčastěji dotazníku),
- příprava předvýzkumu a jeho provedení,
- vyhodnocení předvýzkumu a zapracování zpětné vazby od jeho účastníků,
- příprava finálního výzkumu a jeho provedení,
- vyhodnocení finálního výzkumu, včetně jeho závěru,
- návrh opatření ve výzkumné oblasti.<sup>125</sup>

#### 2.4.2 Formulace výzkumné otázky

Základem každého výzkumného šetření je výzkumná otázka. Jedná se skutečně o otázku (např. Jaký vliv mají sladké nápoje na obezitu dětí?). Tahal uvádí, že správná a pečlivá formulace výzkumné otázky je základem toho, aby mělo výzkumné šetření očekávanou vypovídací schopnost. Odborná literatura uvádí, že kdo správně a pečlivě formuluje výzkumnou otázku, má 90 % práce hotové.

Přestože se obecně ví, že formulace výzkumné otázky je základ. Najdou se výzkumníci, kteří výzkumnou otázku buď vůbec neformulují, nebo ji formulují natolik obecně, že výzkumné šetření poté nemá žádnou, nebo má malou vypovídací schopnost.<sup>126</sup>

Pokud nebyla výzkumná otázka formulována, nebo byla formulována obecně (špatně), „výzkumnou otázku je možné, a někdy dokonce v průběhu výzkumu i nutné, měnit. V případě, že výzkumník zjistí, že byla formulována nepřesně či příliš obecně, má možnost ji v průběhu výzkumu reformulovat.“<sup>127</sup>

Holá upozorňuje na skutečnost, že „výzkumná otázka v kvalitativním výzkumu může být považována za ekvivalent výzkumné hypotézy v kvantitativním výzkumu. Nicméně, stejně tak

---

<sup>125</sup> TAHAL, Radek et al. *Marketingový výzkum: Postupy, metody, trendy*. s. 18 -25.

<sup>126</sup> TAHAL, Radek et al. *Marketingový výzkum: Postupy, metody, trendy*. s. 18.

<sup>127</sup> HOLÁ, Lenka et al. *Mediace a možnosti využití v praxi*. s. 124.

*jako hypotéza, musí být i výzkumná otázka formulována jasně a mělo by na ni být v rámci zamýšleného výzkumu odpovězeno.*“<sup>128</sup>

#### 2.4.3 Formulace předpokladu / předpokladů

S formulováním výzkumné otázky souvisí formulace předpokladů nebo předpokladu. Často se tyto předpoklady označují jako hypotézy. I zde je důležitá pečlivá a správná formulace, neboť od toho se odvíjí vypovídací schopnost celého výzkumného šetření. Hypotézou rozumíme *„prozatímní domněnku o vztahu mezi dvěma proměnnými, vyjádřenou způsobem, který umožňuje tuto domněnku výzkumem ověřit. Hypotézy (může jich být více) naznačují, jak budou získávány a analyzovány důkazy potřebné k jejich ověřování. Hypotézy mohou být spojeny s výzkumnou otázkou.*“<sup>129</sup>

Zde je třeba podotknout, že zatímco výzkumná otázka byla skutečně otázkou, hypotéza je věta oznamovací (např. Sladké nápoje konzumuje více jak polovina dotázaných dětí pravidelně). I zde je třeba zdůraznit, že kvalita výzkumného šetření se odvíjí od pečlivě formulovaných hypotéz.<sup>130</sup>

#### 2.4.4 Volba metody sběru dat a příprava dotazníku

V další fázi výzkumného šetření je nutné vybrat metodu, jakou budou získána potřebná data. Nabízí se tyto tři možnosti:

- pozorování,
- dotazování,
- experiment.

Z důvodu charakteru výzkumného šetření se jako nejvhodnější metoda sběru dat jeví dotazování. Dotazování rozlišujeme několika druhů:

- osobní dotazování,

---

<sup>128</sup> HOLÁ, Lenka et al. *Mediace a možnosti využití v praxi*. s. 124.

<sup>129</sup> ARMSTRONG, Michael a Stephen TAYLOR. *Řízení lidských zdrojů: Moderní pojetí a postupy*. s. 648.

<sup>130</sup> vlastní.



- telefonické dotazování,
- elektronické (online) dotazování,
- písemné dotazování.<sup>131</sup>

Výhody a nevýhody jednotlivých typů dotazování jsou zachyceny na Obrázku 4.

Obrázek 4 Porovnání jednotlivých typů dotazování

Typ dotazování	Výhody (+)	Nevýhody (–)
Osobní dotazování	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Snadné zpracování,</li> <li>• vysoká návratnost dotazníků,</li> <li>• lze přesvědčit váhavé respondenty,</li> <li>• lze pokládat složitější otázky,</li> <li>• lze upřesnit otázky,</li> <li>• lze flexibilně měnit pořadí otázek,</li> <li>• lze využít pomůcky,</li> <li>• šetření v poměrně krátkém čase,</li> <li>• o subjektu šetření je možné získat informace rovněž pozorováním.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vysoká náročnost finanční,</li> <li>• vysoká náročnost časová na přípravu,</li> <li>• problematický výběr tazatelů,</li> <li>• školení tazatelů,</li> <li>• kontrola tazatelů,</li> <li>• riziko zkreslení odpovědí tazatelem,</li> <li>• závislé na ochotě respondenta.</li> </ul>
Telefonické dotazování	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nízké náklady,</li> <li>• spojení s počítačem,</li> <li>• lze průběžně sledovat výsledky,</li> <li>• lze upřesnit dotazy,</li> <li>• počítač signalizuje logické chyby,</li> <li>• umožňuje kdykoli opakovat dotazování, pokud nebyl respondent zastižen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vysoké nároky na soustředění respondenta,</li> <li>• nelze využít pomůcky,</li> <li>• nelze využít složitější škály,</li> <li>• nelze použít větší množství otázek,</li> <li>• omezeno pouze na účastníky z telefonního seznamu,</li> <li>• nelze získávat údaje z přímých pozorování.</li> </ul>
Online (elektronické) dotazování	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Levné,</li> <li>• rychlé,</li> <li>• adresné,</li> <li>• lze využít pomůcky,</li> <li>• možnost dobré grafické prezentace,</li> <li>• dostatek času na odpovědi,</li> <li>• propojení s PC,</li> <li>• jednoduché vyhodnocování.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vybavenost,</li> <li>• návratnost,</li> <li>• důvěryhodnost.</li> </ul>
Písemné dotazování	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Relativně nižší finanční náročnost,</li> <li>• jednodušší organizace,</li> <li>• adresnost,</li> <li>• široké územní rozložení,</li> <li>• dostatek času na odpovědi,</li> <li>• nemožnost ovlivnit respondenta tazatelem.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nízká návratnost,</li> <li>• nutná podpora návratnosti,</li> <li>• mívá anketní efekt,</li> <li>• nutno používat jednoduché otázky,</li> <li>• čekání na odpovědi bývá delší,</li> <li>• nelze kontrolovat, jak respondent porozuměl otázkám.</li> </ul>

Zdroj: KOZEL, Roman et al. *Moderní metody a techniky marketingového výzkumu*. s. 88.

Z Obrázku 4 vyplývá, že pro kvantitativní výzkum bude nejvhodnější elektronické dotazování, zatímco pro kvalitativní výzkum bude nejvhodnější dotazování osobní.

<sup>131</sup> KOZEL, Roman et al. *Moderní metody a techniky marketingového výzkumu*. s. 88.

Dotazování elektronické je levné, rychlé, adresné, odpovědi si může člověk rozmyslet a je možné je jednoduše vyhodnotit. Na druhou stranu se předpokládá, že respondenti budou mít potřebné vybavení (zařízení připojitelné na internet). Je třeba zmínit i jeho nevýhodu v podobě nižší návratnosti a možných pochybnostech o jeho důvěryhodnosti. Oproti tomu dotazování osobní zaručuje vyšší návratnost dotazníků, neboť je možné váhavé respondenty přesvědčit, aby odpověděli. Otázky mohou být složitější, lze využít různých pomůcek. Na druhou stranu je třeba ale zmínit to, že tento typ dotazování je finančně i časově náročnější. Tazatelé musí být proškoleni a kontrolováni. Jako podstatná nevýhoda se jeví i problém s výběrem respondentů, jak uvádí Kozel.<sup>132</sup>

Oba dva typy dotazování je třeba připravit, resp. je nutné sestavit dotazník. Jeho sestavení můžeme shrnout do čtyř fází:

- definice vstupních otázek,
- volba vhodné podoby (formátu) dotazníku,
- soupis vstupních informací (proč se ptáme, jaký to má smysl),
- vytvoření finální podoby dotazníku.<sup>133</sup>

Otázky, které budeme respondentům pokládat, mohou být dvojího druhu. Obecně se doporučuje, aby se jejich počet v rámci jednoho dotazování pohyboval kolem 15. Konkrétně se může jednat o otázky:

- podle variant odpovědí otázky:
  - uzavřené,
  - polouzavřené,
  - otevřené,
- podle typu odpovědí otázky:
  - s předdefinovanými odpověďmi,
  - s nepředdefinovanými odpověďmi.<sup>134</sup>

---

<sup>132</sup> KOZEL, Roman et al. *Moderní metody a techniky marketingového výzkumu*. 88.

<sup>133</sup> NENÁDAL, Jaroslav et al. *Moderní management jakosti*. s. 178.

<sup>134</sup> KOZEL, Roman et al. *Moderní metody a techniky marketingového výzkumu*. s. 219 - 220.

#### 2.4.5 Předvýzkum

*„Předvýzkum je testem nástrojů, které ve výzkumu hodláme použít. Cílem je obvykle otestovat srozumitelnost a jednoznačnost otázek. Předvýzkum by měl být nezbytnou součástí každé výzkumné akce.“*<sup>135</sup>

Jedná se o jednoduchý nástroj, jehož cílem je ověřit si, zda v reálných podmínkách bude výzkumné šetření úspěšné. Cílem je získat zpětnou vazbu, kterou je podle jejího typu vhodné méně či více zapracovat do finálního výzkumu. Chromý upozorňuje, že se jedná o velmi důležitou část výzkumného šetření. Bohužel se najdou i tací výzkumníci, kteří předvýzkum nedělají, neboť je pro ně zbytečný a ztrácí tak čas. Pokud se pak výzkumné šetření nepovede, přičítá to Chromý právě absenci předvýzkumu, neboť nedostatky, které mohly být předvýzkumem odhaleny, odhaleny nebyly.<sup>136</sup>

#### 2.4.6 Finální výzkum a jeho závěry

Pokud je finální výzkum pečlivě připraven, je vysoká šance, že jeho výsledky budou odpovídat na výzkumnou otázku a potvrdí nebo zamítnou stanovené hypotézy, tzn., že se finální výzkum povede. Na základě získaných výsledků je pak možné vyvodit závěry a navrhnout případná doporučení v dané oblasti.<sup>137</sup>

---

<sup>135</sup> DISMAN, Miroslav. *Jak se vyrábí sociologická znalost*. s. 122.

<sup>136</sup> CHROMÝ, Jan. *Práce s empirickými daty*. s. 17.

<sup>137</sup> CHROMÝ, Jan. *Práce s empirickými daty*. s. 17 – 18.

### **3 PRAKTICKÁ ČÁST**

Cílem práce je popsat vztah žáků odborného učiliště a střední odborné školy k sobě samým, jak se hodnotí, jak o sobě smýšlejí, dále vztah k profesnímu sebepojetí, jejich budoucí cíle spojené s profesním životem a dalším vzděláváním.

Obsahem praktické části bude jak výzkum kvantitativní, tak výzkum kvalitativní. Tyto dvě metody zjišťování budou zvoleny s cílem co nejvíce se dozvědět. U kvantitativního výzkumu tohoto typu totiž často může nastat problém, zda dotazovaný odpovědi skutečně vztahuje k vlastnímu já, což pomůže eliminovat kvalitativní výzkum, kdy budou mít respondenti volný prostor odpovídat.

#### **3.1 Příprava výzkumného šetření**

V teoretické části práce byly položeny metodické základy pro výzkumné šetření, které budou nyní aplikovány do praxe.

##### *3.1.1 Plán výzkumného šetření*

Plán výzkumného šetření je v podstatě jednoduchý. Jeho obsahem je určit časový úsek, ve kterém bude výzkumné šetření probíhat, a okruhu osob, kterých se bude výzkumné šetření týkat.

V našem případě bude plán výzkumného šetření následující:

- výzkumné šetření bude probíhat od 1. prosince 2019 do 31. ledna 2020,
- výzkumné šetření se zaměří na tyto osoby:
  - studenty třetího ročníku anonymního odborného učiliště technického typu,
  - studenty třetího ročníku anonymního odborného učiliště netechnického typu,
  - studenty čtvrtého ročníku anonymní střední odborné školy technického typu,
  - studenty čtvrtého ročníku anonymní střední odborné školy netechnického typu.

Cílem výzkumného šetření je shromáždit z každé skupiny studentů alespoň 20 respondentů, tj. celkem 80 respondentů, což lze pokládat za relevantní množství pro kvantitativní výzkum. Co se týče výzkumu kvalitativního, cílem je provést rozhovory s vybranou skupinou adolescentů posledních ročníků středního odborného učiliště a střední odborné školy. Předpokládá se, že kvalitativního výzkumu se zúčastní minimálně dva studenti z posledního ročníku středního odborného učiliště technického a netechnického typu a dva studenti posledních ročníků střední odborné školy technického a netechnického typu.

### *3.1.2 Definování výzkumné otázky a souvisejících předpokladů*

Plán výzkumného šetření byl nastaven, tzn., že je nyní nutné definovat výzkumnou otázku a s ní několik souvisejících hypotéz.

Vzhledem k tomu, že téma této diplomové práce zní „Vlastní sebepojetí a profesní sebepojetí adolescentů na středních školách,“ bude se výzkumná otázka odvíjet od této skutečnosti.

V této souvislosti byla výzkumná otázka definována takto:

- Existují rozdíly vlastního sebepojetí a profesního sebepojetí mezi studenty odborného učiliště a střední odborné školy?

V souvislosti s výzkumnou otázkou je třeba definovat i předpoklady. Ty byly nastaveny takto:

- Předpoklad 1: Lepší pojetí z hlediska přitažlivosti mají studenti střední odborné školy než studenti středního odborného učiliště.
- Předpoklad 2: Lepší pojetí z hlediska slušnosti mají studenti posledního ročníku střední odborné školy než studenti posledního ročníku středního odborného učiliště.
- Předpoklad 3: Lepší pojetí z hlediska pořádnosti mají studenti posledního ročníku střední odborné školy než studenti posledního ročníku středního odborného učiliště.
- Předpoklad 4: Pečlivější jsou obecně studenti technických oborů než studenti netechnických oborů.
- Předpoklad 5: Většina respondentů má bez ohledu na typ školy dobré rodinné zázemí (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano).
- Předpoklad 6: Většina respondentů se bez ohledu na typ školy nepovažuje za budižkničemu (akceptovány jsou odpovědi ne a spíše ne).

- Předpoklad 7: Oblíbenější si připadají studenti střední odborné školy (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano).
- Předpoklad 8: Většina respondentů se domnívá, že má kolem sebe dobré přátele (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano).
- Předpoklad 9: Většina respondentů má kolem sebe lidi, kteří je podporují v jejich snech (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano).
- Předpoklad 10: Více si za svými životními sny jdou studenti střední odborné školy než studenti středního odborného učiliště (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano).
- Předpoklad 11: Pokračovat v dalším vzdělávání po ukončení školy chtějí spíše studenti střední odborné školy než studenti středního odborného učiliště (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano).
- Předpoklad 12: Pozitivněji nahlíží na svoji budoucnost spíše studenti střední odborné školy než studenti středního odborného učiliště (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano).
- Předpoklad 13: Studenti střední odborné školy vědí spíše, co od života chtějí než studenti středního odborného učiliště (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano).
- Předpoklad 14: Svoje budoucí povolání mají vybrané spíše studenti střední odborné školy než studenti středního odborného učiliště (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano).
- Předpoklad 15: Většina studentů má pocit, že si svoje budoucí povolání vybrali dobře (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano).

### 3.1.3 Volba metody sběru dat

Volbu metody sběru dat je třeba rozdělit na dvě části z důvodu chystaného kvalitativního a kvantitativního výzkumu.

U výzkumu kvalitativního budou potřebná data získána prostřednictvím osobního dotazování, jehož cílem bude, aby se studenti vyjádřili více než pouhým výběrem možnosti u kvantitativního výzkumu.

Kvantitativní výzkum bude vzhledem k očekávanému množství respondentů probíhat elektronicky, kdy respondentům bude zaslán vedením školy e-mail, ve kterém jim bude vysvětleno, proč výzkumné šetření probíhá a co je jeho cílem.

#### *3.1.4 Příprava dotazníku obecně*

Přípravu dotazníku je třeba pojmut z několika hledisek:

- jinak bude vypadat dotazník pro kvantitativní výzkum,
- jinak bude vypadat dotazník pro kvalitativní výzkum.

Dále bude třeba připravit úvodní informace, ve kterých bude studentům vysvětlen důvod výzkumného šetření. Studentům v případě kvantitativního výzkumu bude poslán průvodní text spolu s odkazem na dotazník. Studentům v případě kvalitativního výzkumu bude vše vysvětleno ústně.

#### *3.1.5 Příprava dotazníku pro kvantitativní výzkum*

Pro kvantitativní výzkum byly navrženy tyto úvodní informace, které budou rozeslány studentům prostřednictvím vedení školy na jejich e-mailové adresy.

*„Dobrý den, milí studenti,*

*oslovila nás studentka pedagogické vysoké školy, která připravuje svoji diplomovou práci na téma „Vlastní sebepojetí a profesní sebepojetí adolescentů na středních školách.“*

*Protože se jedná o velmi zajímavé téma, rádi bychom jí s touto prací pomohli. Připravila pro nás dotazník, jehož cílem bude zjistit, jaké máte vlastní a profesní sebepojetí.*

*Tento dotazník naleznete na níže uvedeném odkazu:*

[www.xxxxxxx.cz](http://www.xxxxxxx.cz)

*Jeho vyplnění Vám nezabere více jak 10 minut.*

*Děkuji za Váš čas.*

*S pozdravem*

*ředitel školy*

Celkem bylo navrženo 18 výzkumných otázek. Otázky byly koncipovány jako uzavřené s možností výběru, což lze v rámci kvantitativního výzkumu považovat za dobrou volbu. Konkrétně byl návrh otázek takovýto:

1. Jste chlapec nebo dívka?
  - chlapec
  - dívka
2. Jaký typ školy studujete?
  - technický obor
  - netechnický obor
3. Na jaké škole studujete?
  - střední odborné učiliště
  - střední odborná škola
4. Považujete se za přitažlivou osobu?
  - ano
  - ne
5. Považujete se za slušnou osobu?
  - ano
  - ne
6. Považujete se za nepořádnou osobu?
  - ano



- ne

7. Považujete se za pečlivou osobu?

- ano
- ne

8. Mám dobré rodinné zázemí?

- ano
- ne

9. Považujete se za budižkničemu?

- ano
- ne

10. Jsem v kolektivu oblíbený/oblíbená?

- ano
- ne

11. Mám kolem sebe dobré přátele?

- ano
- ne

12. Mám kolem sebe lidi, kteří mě podporují v mých snech?

- ano
- ne

13. Jdu si za svými životními sny?

- ano
- ne

14. Chci pokračovat v dalším vzdělávání po ukončení této školy?

- ano
- ne

15. Vidím svoji budoucnost pozitivně?

- ano
- ne

16. Vím, co od života chci?

- ano
- ne

17. Mám vybrané svoje budoucí povolání?

- ano
- ne

18. Cítím, že jsem si svoje budoucí povolání vybral/vybrala dobře?

- ano
- ne

### *3.1.6 Příprava dotazníku pro kvalitativní výzkum*

U kvalitativního výzkumu bude příprava výzkumného šetření podobná. Předpokládá se, že kvalitativního výzkumu se zúčastní minimálně dva studenti z posledního ročníku středního odborného učiliště technického a netechnického typu a dva studenti posledních ročníků střední odborné školy technického a netechnického typu.

Konkrétně pro kvalitativní výzkum budou vybráni takoví studenti, kteří v rámci kvantitativního výzkumu budou mít vlastní a profesní sebepojetí na vysoké úrovni, a naopak ti, kteří budou mít vlastní a profesní sebepojetí na nižší úrovni.

Vzhledem k rozsahu této práce budou studentům položeny otázky z kvantitativního výzkumu, ale bude jich pouze šest. Vysvětlení, proč výzkumné šetření provádíme, bude vybraným studentům vysvětleno rovněž ve stejném duchu jako u kvantitativního výzkumu.

Pro kvalitativní výzkum byly vybrány konkrétně tyto otázky:

1. Mám dobré rodinné zázemí?
2. Považujete se za budižkničemu?
3. Jsem v kolektivu oblíbený/oblíbená?
4. Mám kolem sebe lidi, kteří mě podporují v mých snech?
5. Chci pokračovat v dalším vzdělávání po ukončení této školy?
6. Vím, co od života chci?

Záměrně v případě kvalitativního výzkumu nebudou dány respondentům možnosti jako u kvantitativního výzkumu, neboť cílem kvalitativního výzkumu je u respondentů zjistit bližší informace o tom, jak se vnímají, jak přemýšlejí, co je trápí.

### *3.1.7 Předvýzkum a jeho vyhodnocení*

Jakmile jsou připraveny vstupní informace a otázky, které bude obsahovat dotazník, je možné, resp. nutné a vhodné přistoupit k provedení předvýzkumu. Jeho cílem je zjistit, zda byly instrukce a otázky pro respondenty v rámci předvýzkumu srozumitelné, zda je něco nepřekvapilo apod. Tím bude zvýšena pravděpodobnost, že reálné výzkumné šetření zodpoví na stanovenou výzkumnou otázku.

Plán předvýzkumu byl následující:

- realizovat předvýzkum v termínu od 15. listopadu do 30. listopadu 2019,
- oslovit svoji rodinu, přátele, známé, aby pomohli při podání zpětné vazby na chystané výzkumné šetření.

Předvýzkumu se zúčastnilo nakonec 28 osob z blízkého okolí zpracovatele této práce. Tito respondenti odpovídali na všechny otázky, které má obsahovat kvantitativní výzkum. Zároveň jim byly zaslány do e-mailu instrukce s úvodním textem a odkazem na tento dotazník.

Nejprve se zaměříme na zhodnocení vstupních informací, tj. obsahu e-mailu, ze kterého vyplynul důvod výzkumného šetření a další instrukce. Zpětná vazba obsahovala tyto informace:

- odpovědět na všechny otázky v dotazníku zabere více minut než avizovaných 10 – odhadem alespoň 15 až 20 minut,
- určitě je nutné uvést kontakty (e-mail, telefon) na toho, kdo výzkumné šetření organizuje.

Z toho důvodu byly vstupní informace modifikovány a jejich finální podoba vypadala následovně:

*„Dobrý den, milí studenti,*

*oslovila nás studentka pedagogické vysoké školy, která připravuje svoji diplomovou práci na téma „Vlastní sebepojetí a profesní sebepojetí adolescentů na středních školách.“*

*Protože se jedná o zajímavé téma, rádi bychom jí s touto prací pomohli. Připravila pro nás dotazník, jehož cílem bude zjistit, jaké máte vlastní a profesní sebepojetí.*

*Tento dotazník naleznete na níže uvedeném odkazu:*

[www.xxxxxxx.cz](http://www.xxxxxxx.cz)

*Jeho vyplnění Vám nezabere více jak 20 minut.*

*Pokud byste měli na paní Andreu Huškovou nějaké dotazy, prosím kontaktujte ji na e-mailu [andrea.husko@seznam.cz](mailto:andrea.husko@seznam.cz), nebo telefonním čísle 607 907 107*

*Děkuji za Váš čas.*

*S pozdravem*

*ředitel školy*

V dalším kroku respondenti, kteří se zúčastnili předvýzkumu, uvedli i pár podnětů k samotnému dotazníku. Jejich připomínky lze shrnout do těchto bodů:

- první tři otázky zjišťující pohlaví, ročník studia a školu je lepší dát na konec, jelikož s výzkumem přímo nesouvisí, jen ho doplňují,
- u otázek kromě možností ano a ne, přidat možnosti spíše ano a spíše ne,
- zamyslet se nad počtem otázek, respondentům jich přijde příliš.

Finální otázky, které budou položeny studentům v rámci reálného výzkumného šetření, zněly takto:

1. Považujete se za přitažlivou osobu?

- ano
- spíše ano
- spíše ne
- ne

2. Považujete se za slušnou osobu?

- ano
- spíše ano
- spíše ne
- ne

3. Považujete se za nepořádnou osobu?

- ano
- spíše ano
- spíše ne
- ne

4. Považujete se za pečlivou osobu?

- ano
- spíše ano
- spíše ne

- ne

5. Mám dobré rodinné zázemí?

- ano
- spíše ano
- spíše ne
- ne

6. Považujete se za budižkničemu?

- ano
- spíše ano
- spíše ne
- ne

7. Jsem v kolektivu oblíbený/oblíbená?

- ano
- spíše ano
- spíše ne
- ne

8. Mám kolem sebe dobré přátele?

- ano
- spíše ano
- spíše ne
- ne

9. Mám kolem sebe lidi, kteří mě podporují v mých snech?

- ano
- spíše ano
- spíše ne
- ne

10. Jdu si za svými životními sny?

- ano

- spíše ano
- spíše ne
- ne

11. Chci pokračovat v dalším vzdělávání po ukončení této školy?

- ano
- spíše ano
- spíše ne
- ne

12. Vidím svoji budoucnost pozitivně?

- ano
- spíše ano
- spíše ne
- ne

13. Vím, co od života chci?

- ano
- spíše ano
- spíše ne
- ne

14. Mám vybrané svoje budoucí povolání?

- ano
- spíše ano
- spíše ne
- ne

15. Cítím, že jsem si svoje budoucí povolání vybral/vybrala dobře?

- ano
- spíše ano
- spíše ne
- ne

16. Jste chlapec nebo dívka?

- chlapec
- dívka

17. Jaký typ školy studujete?

- technický obor
- netechnický obor

18. Na jaké škole studujete?

- střední odborné učiliště
- střední odborná škola

### **3.2 Kvantitativní výzkum**

Kvantitativní výzkum probíhal od 1. prosince 2019 do 31. ledna 2020. Byl zaměřen na tyto osoby:

- studenty třetího ročníku anonymního odborného učiliště technického typu,
- studenty třetího ročníku anonymního odborného učiliště netechnického typu,
- studenty čtvrtého ročníku anonymní střední odborné školy technického typu,
- studenty čtvrtého ročníku anonymní střední odborné školy netechnického typu.

Cílem výzkumného šetření bylo shromáždit z každé skupiny studentů alespoň 20 respondentů, tj. celkem 80 respondentů, což se povedlo. Celkem byl počet respondentů následující:

- 25 studentů třetího ročníku anonymního odborného učiliště technického typu,
- 25 studentů třetího ročníku anonymního odborného učiliště netechnického typu,
- 25 studentů čtvrtého ročníku anonymní střední odborné školy technického typu,
- 25 studentů čtvrtého ročníku anonymní střední odborné školy netechnického typu.

Obsahem této části práce, která se věnuje vlastnímu výzkumnému šetření, budou sesbíraná data, z nichž budou informace převedeny do grafické podoby v podobě grafu. Ke každému



grafu bude připojen zároveň i komentář získaných informací. Pokud bude s otázkou spojen i předpoklad, bude zároveň v odpovídající části textu shrnuto, zda se výzkumným šetřením konkrétní předpoklad potvrdil, nebo se konkrétní předpoklad výzkumným šetřením nepotvrdil. Zároveň bude u každé otázky i zpracování získaných odpovědí v podobě tabulky.

Celkem bylo respondentům položeno 18 otázek.

Otázka číslo 1 zjišťovala, zda se respondenti považují za přitažlivou osobu. Na výběr měli respondenti tyto možnosti:

- ano
- spíše ano
- spíše ne
- ne

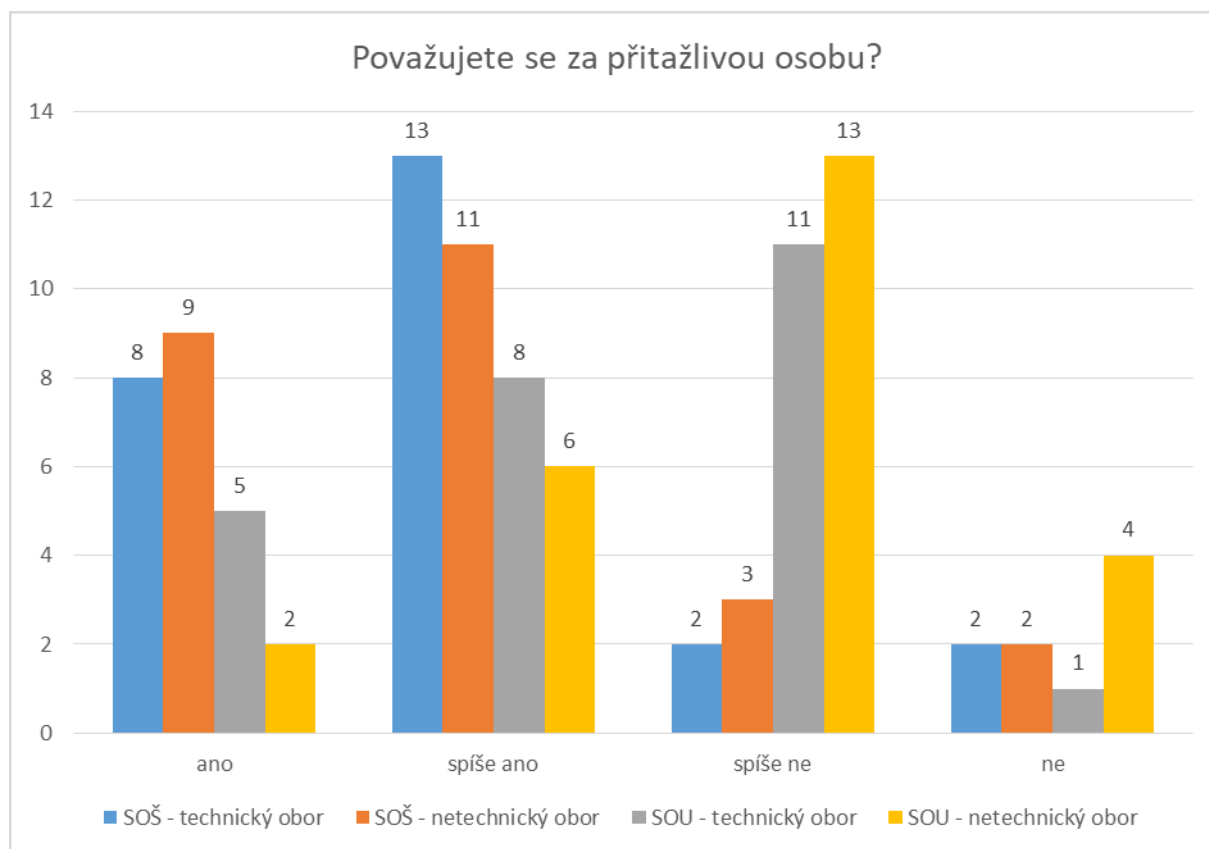
Výsledky jejich odpovědí jsou zachyceny v Tabulce 1 a Grafu 1.

Tabulka 1 Považujete se za přitažlivou osobu?

	ano	%	spíše ano	%	spíše ne	%	ne	%	celkem
SOS – technický obor	8	32,00%	13	52,00%	2	8,00%	2	8,00%	25
SOS – netechnický obor	9	36,00%	11	44,00%	3	12,00%	2	8,00%	25
SOU – technický obor	5	20,00%	8	32,00%	11	44,00%	1	4,00%	25
SOU – netechnický obor	2	8,00%	6	24,00%	13	52,00%	4	16,00%	25
Celkem	24	x	38	x	29	x	9	x	x

Zdroj: vlastní zpracování.

Graf 1 Považujete se za přitažlivou osobu?



Zdroj: vlastní zpracování.

První otázka u respondentů zjišťovala, zda se respondenti považují za přitažlivou osobu. Z provedeného průzkumu vyplývá, nejvíce se za přitažlivé (odpověď ano) považují studenti posledního ročníku střední odborné školy netechnického typu (SOŠ). Z celkového počtu 25 respondentů v tomto ročníku odpovědělo takto 36 %. Naopak nejméně přitažliví (odpověď ne) se považují studenti posledního ročníku středního odborného učiliště technického typu (SOU), kde 16 % z nich vybralo u otázky, zda se považují za přitažlivou osobu, hodnotu ne, jak vyplývá z Tabulky 1.

Podíváme-li se na Graf 1, zjistíme, že existují rozdíly v sebepojetí z hlediska přitažlivosti u studentů středního odborného učiliště a střední odborné školy. Nejlépe se obecně hodnotí studenti střední odborné školy netechnického typu, nejhůře se obecně hodnotí z hlediska přitažlivosti studenti posledního ročníku středního odborného učiliště netechnického typu.

S otázkou první je spojen i Předpoklad 1, který byl definován takto: Lepší pojetí z hlediska přitažlivosti mají studenti střední odborné školy než studenti středního odborného učiliště. Z provedeného průzkumu vyplývá, že odpověď ano a odpověď spíše ano vybralo celkem 41 respondentů z 50 studentů střední odborné školy, což představuje 82 % respondentů z této skupiny studentů. Co se týče studentů středního odborného učiliště, odpověď ano a odpověď spíše ano vybralo celkem 21 studentů středního odborného učiliště, což představuje 42 % respondentů z této skupiny studentů. Na základě provedeného průzkumu lze konstatovat, že výzkumné šetření potvrdilo Předpoklad 1, tj. že lepší pojetí z hlediska přitažlivosti mají studenti střední odborné školy než studenti středního odborného učiliště.

Otázka číslo 2 zjišťovala, zda se respondenti považují za slušnou osobu. Na výběr měli respondenti tyto možnosti:

- ano
- spíše ano
- spíše ne
- ne

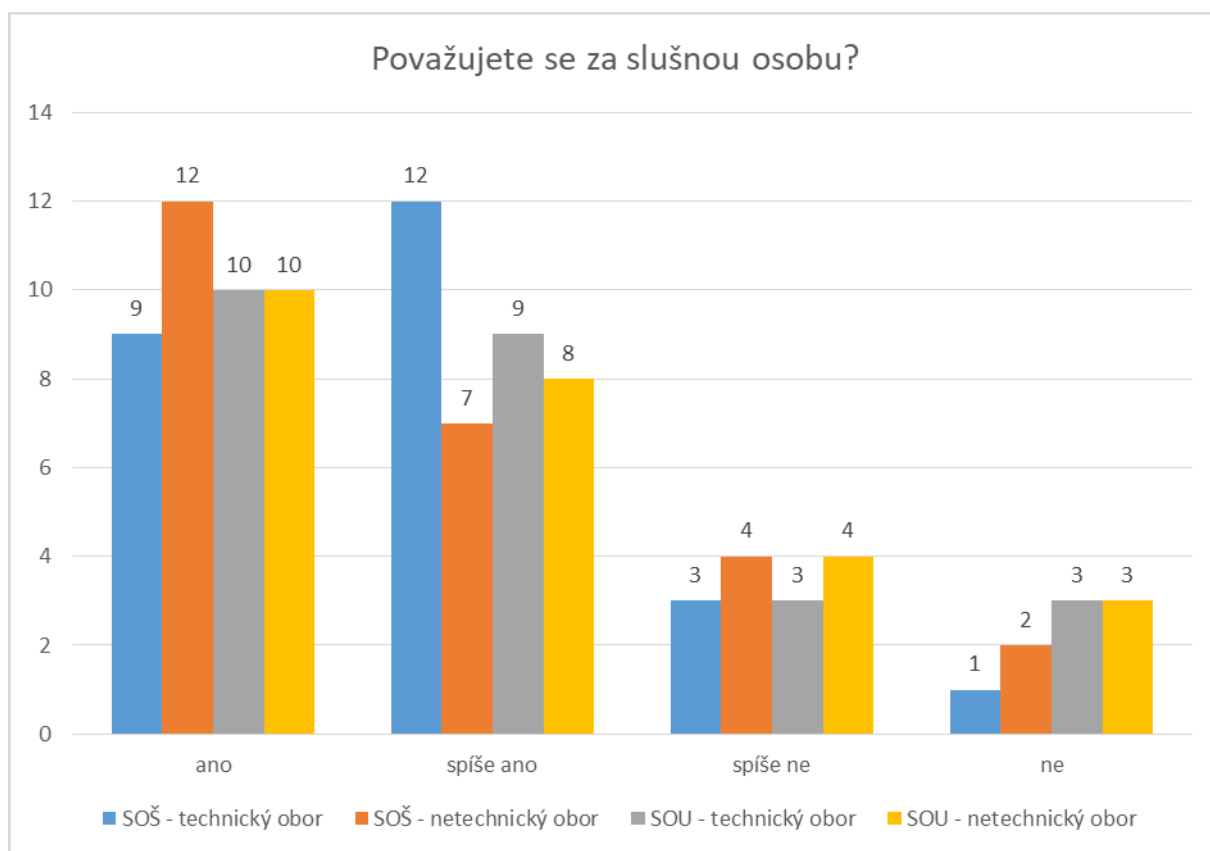
Výsledky jejich odpovědí jsou zachyceny v Tabulce 2 a Grafu 2.

Tabulka 2 Považujete se za slušnou osobu?

	ano	%	spíše ano	%	spíše ne	%	ne	%	celkem
SOŠ – technický obor	9	36,00%	12	48,00%	3	12,00%	1	4,00%	25
SOŠ – netechnický obor	12	48,00%	7	28,00%	4	16,00%	2	8,00%	25
SOU – technický obor	10	40,00%	9	36,00%	3	12,00%	3	12,00%	25
SOU – netechnický obor	10	40,00%	8	32,00%	4	16,00%	3	12,00%	25
Celkem	41	x	36	x	14	x	9	x	x

Zdroj: vlastní zpracování.

Graf 2 Považujete se za slušnou osobu?



Zdroj: vlastní zpracování.

Druhá otázka u respondentů zjišťovala, zda se respondenti považují za slušnou osobu. Z provedeného průzkumu vyplývá, nejvíce se za slušné osoby (odpověď ano) považují studenti posledního ročníku střední odborné školy netechnického typu (SOŠ). Z celkového počtu 25 respondentů v tomto ročníku odpovědělo takto 48 %. Naopak za nejméně slušné osoby se považují studenti posledního ročníku středního odborného učiliště bez ohledu na technický nebo netechnický typ školy (SOU), kde z každé skupiny 12 % z nich vybralo u otázky, zda se považují za slušnou osobu, hodnotu ne, jak vyplývá z Tabulky 2.

Podíváme-li se na Graf 2, zjistíme, že existují rozdíly v sebepojetí z hlediska slušné osoby u studentů středního odborného učiliště a střední odborné školy. Nejlépe se obecně hodnotí studenti posledního ročníku střední odborné školy netechnického typu, nejhůře se obecně hodnotí z hlediska přitažlivosti studenti posledního ročníku středního odborného učiliště – zde bez ohledu na technický nebo netechnický typ školy.

S otázkou druhou je spojen i Předpoklad 2, který byl definován takto: Lepší pojetí z hlediska slušnosti mají studenti posledního ročníku střední odborné školy než studenti posledního ročníku středního odborného učiliště. Z provedeného průzkumu vyplývá, že odpověď ano vybralo celkem 21 studentů z 50, kteří studují střední odbornou školu, což představuje 42 % respondentů z této skupiny studentů. Co se týče studentů středního odborného učiliště, odpověď ano vybralo celkem 20 studentů posledního středního odborného učiliště, což představuje 40 % respondentů z této skupiny studentů. Na základě provedeného průzkumu lze konstatovat, že výzkumné šetření potvrdilo Předpoklad 2, tj. že lepší pojetí z hlediska slušnosti mají studenti posledního ročníku střední odborné školy než studenti posledního ročníku středního odborného učiliště.

Otázka číslo 3 zjišťovala, zda se respondenti považují za nepořádnou osobu. Na výběr měli respondenti tyto možnosti:

- ano
- spíše ano
- spíše ne
- ne

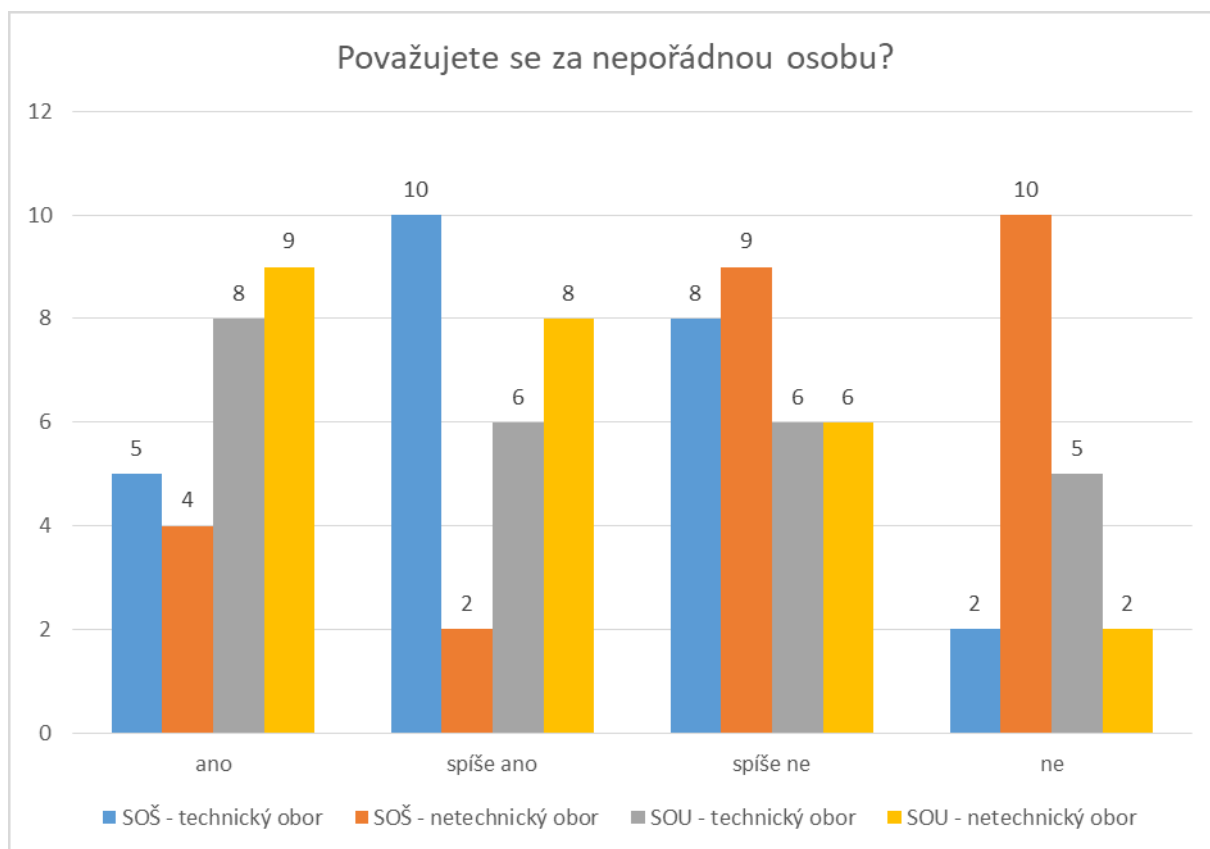
Výsledky jejich odpovědí jsou zachyceny v Tabulce 3 a Grafu 3.

Tabulka 3 Považujete se za nepořádnou osobu?

	ano	%	spíše ano	%	spíše ne	%	ne	%	celkem
SOŠ – technický obor	5	20,00%	10	40,00%	8	32,00%	2	8,00%	25
SOŠ – netechnický obor	4	16,00%	2	8,00%	9	36,00%	10	40,00%	25
SOU – technický obor	8	32,00%	6	24,00%	6	24,00%	5	20,00%	25
SOU – netechnický obor	9	36,00%	8	32,00%	6	24,00%	2	8,00%	25
Celkem	26	x	26	x	29	x	19	x	x

Zdroj: vlastní zpracování.

Graf 3 Považujete se za nepořádnou osobu?



Zdroj: vlastní zpracování.

Třetí otázka u respondentů zjišťovala, zda se respondenti považují za nepořádnou osobu. Z provedeného průzkumu vyplývá, nejvíce se za nepořádné osoby (odpověď ano) považují studenti posledního ročníku středního odborného učiliště netechnického typu (SOU). Z celkového počtu 25 respondentů v tomto ročníku odpovědělo takto 36 %. Naopak nejméně nepořádné osoby (odpověď ne) se považují studenti posledního ročníku střední odborné školy netechnického typu (SOŠ), kde z této skupiny 40 % z nich vybralo u otázky, zda se považují za nepořádnou osobu, hodnotu ne, jak vyplývá z Tabulky 3.

Podíváme-li se na Graf 3, zjistíme, že existují rozdíly v sebepojetí z hlediska nepořádnosti u studentů středního odborného učiliště a střední odborné školy. Nejlépe se obecně hodnotí studenti posledního ročníku střední odborné školy netechnického typu, nejhůře se obecně hodnotí z hlediska nepořádnosti studenti posledního ročníku středního odborného učiliště netechnického typu.

S otázkou třetí je spojen i Předpoklad 3, který byl definován takto: Lepší pojetí z hlediska pořadnosti mají studenti posledního ročníku střední odborné školy než studenti posledního ročníku středního odborného učiliště. Z provedeného průzkumu vyplývá, že odpověď ne vybralo celkem 12 respondentů z 50 studentů posledního ročníku střední odborné školy netechnického a technického typu, což představuje 24 % respondentů z této skupiny studentů. Co se týče studentů středního odborného učiliště, odpověď ne vybralo celkem 7 studentů posledního středního odborného učiliště netechnického a technického typu, což představuje 14 % respondentů z této skupiny studentů. Na základě provedeného průzkumu lze konstatovat, že výzkumné šetření potvrdilo Předpoklad 3, tj. lepší pojetí z hlediska pořadnosti mají studenti posledního ročníku střední odborné školy než studenti posledního ročníku středního odborného učiliště.

Otázka číslo 4 zjišťovala, zda se respondenti považují za pečlivou osobu. Na výběr měli respondenti tyto možnosti:

- ano
- spíše ano
- spíše ne
- ne

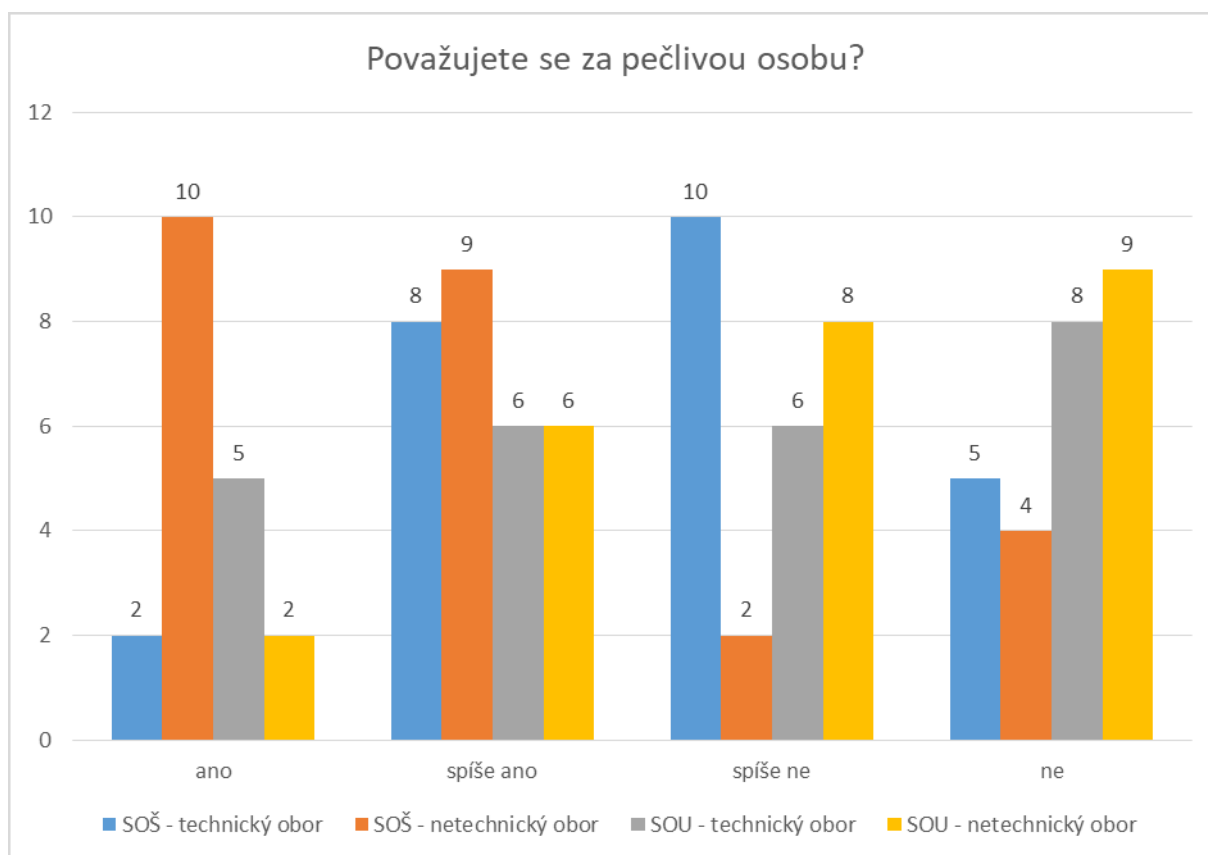
Výsledky jejich odpovědí jsou zachyceny v Tabulce 4 a Grafu 4.

Tabulka 4 Považujete se za pečlivou osobu?

	ano	%	spíše ano	%	spíše ne	%	ne	%	celkem
SOŠ – technický obor	2	8,00%	8	32,00%	10	40,00%	5	20,00%	25
SOŠ – netechnický obor	10	40,00%	9	36,00%	2	8,00%	4	16,00%	25
SOU – technický obor	5	20,00%	6	24,00%	6	24,00%	8	32,00%	25
SOU – netechnický obor	2	8,00%	6	24,00%	8	32,00%	9	36,00%	25
Celkem	19	x	29	x	26	x	26	x	x

Zdroj: vlastní zpracování.

Graf 4 Považujete se za pečlivou osobu?



Zdroj: vlastní zpracování.

Čtvrtá otázka u respondentů zjišťovala, zda se respondenti považují za pečlivou osobu. Z provedeného průzkumu vyplývá, nejvíce se za pečlivé osoby (odpověď ano) považují studenti posledního ročníku střední odborné školy netechnického typu. Z celkového počtu 25 respondentů v tomto ročníku odpovědělo takto 40 %, resp. 10 respondentů. Naopak za nejméně pečlivé osoby se považují studenti posledního ročníku středního odborného učiliště netechnického typu a studenti střední odborné školy technického typu, jak vyplývá z Tabulky 4.

Podíváme-li se na Graf 4, zjistíme, že existují rozdíly v sebepojetí z hlediska pečlivosti u studentů středního odborného učiliště a střední odborné školy. Nejlépe se obecně hodnotí studenti posledního ročníku střední odborné školy netechnického typu, nejhůře se obecně hodnotí z hlediska nepořádnosti studenti posledního ročníku středního odborného učiliště netechnického typu a studenti střední odborné školy technického typu.



S otázkou čtvrtou je spojen i Předpoklad 4, který byl definován takto: Pečlivější jsou obecně studenti technických oborů než studenti netechnických oborů.

Z provedeného průzkumu vyplývá, že odpověď ano vybralo celkem 7 studentů z 50 studujících technický typ školy, což představuje 14 % respondentů z této skupiny studentů. Co se týče studentů netechnického typu školy, považuje se za pečlivé celkem 12 studentů u 50 studentů, což představuje 24 % respondentů z této skupiny studentů. Na základě provedeného průzkumu lze konstatovat, že výzkumné šetření nepotvrdilo Předpoklad 4, tj. výzkumné šetření neprokázalo, že pečlivější jsou obecně studenti technických oborů než studenti netechnických oborů, ale je tomu právě naopak, tzn., výzkumné šetření ukázalo, že pečlivější jsou studenti netechnických oborů než studenti oborů technických.

Otázka číslo 5 zjišťovala, zda mají respondenti dobré rodinné zázemí. Na výběr měli respondenti tyto možnosti:

- ano
- spíše ano
- spíše ne
- ne

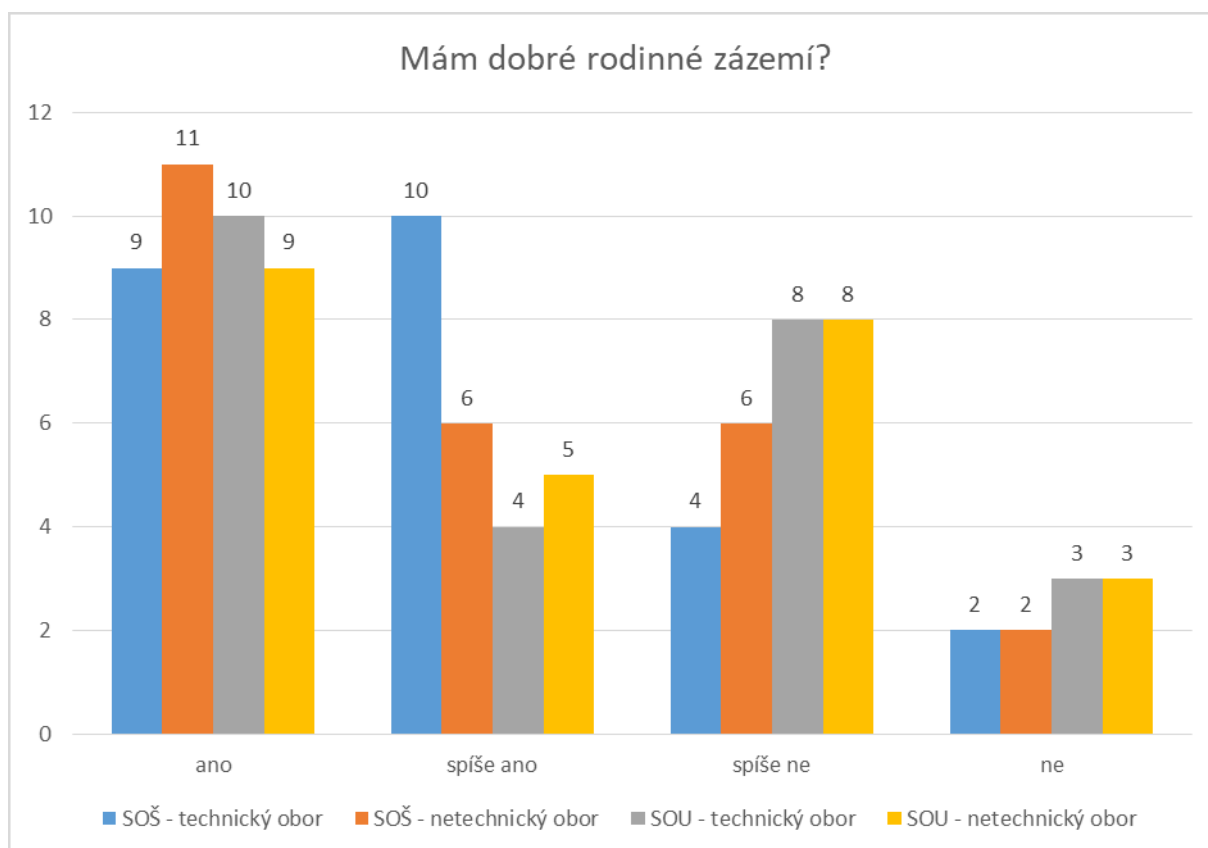
Výsledky jejich odpovědí jsou zachyceny v Tabulce 5 a Grafu 5.

Tabulka 5 Mám dobré rodinné zázemí?

	ano	%	spíše ano	%	spíše ne	%	ne	%	celkem
SOS – technický obor	9	36,00%	10	40,00%	4	16,00%	2	8,00%	25
SOS – netechnický obor	11	44,00%	6	24,00%	6	24,00%	2	8,00%	25
SOU – technický obor	10	40,00%	4	16,00%	8	32,00%	3	12,00%	25
SOU – netechnický obor	9	36,00%	5	20,00%	8	32,00%	3	12,00%	25
Celkem	39	x	25	x	26	x	10	x	x

Zdroj: vlastní zpracování.

Graf 5 Mám dobré rodinné zázemí?



Zdroj: vlastní zpracování.

Pátá otázka u respondentů zjišťovala, zda mají respondenti dobré rodinné zázemí. Z provedeného průzkumu vyplývá, z hlediska druhu škol (SOŠ nebo SOU) mají obecně lepší rodinné zázemí studenti střední odborné školy. Odpověď ano nebo spíše ano zvolilo celkem 68 % studentů střední odborné školy netechnického typu a 76 % studentů střední odborné školy technického typu. Studenti středního odborného učiliště jsou na tom hůře. Dobré rodinné zázemí (akceptovány byly odpovědi ano nebo spíše ano) má 56 % studentů středního odborného učiliště technického oboru a 56 % studentů středního odborného učiliště netechnického oboru, jak vyplývá z Tabulky 5.

S otázkou pátou je spojen i Předpoklad 5, který byl definován takto: Většina respondentů má bez ohledu na typ školy dobré rodinné zázemí (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano). Z provedeného průzkumu vyplývá, že odpověď ano nebo spíše ano vybralo celkem 72 % studentů střední odborné školy a 56 % studentů středního odborného učiliště. Pokud sečteme všechny skupiny respondentů, kteří odpověděli na tuto otázku ano nebo spíše ano, zjistíme, že dobré rodinné zázemí má celkem 64 % respondentů, což je více než polovina a je možné toto

množství studentů pokládat za většinu. Na základě provedeného průzkumu lze konstatovat, že výzkumné šetření potvrdilo Předpoklad 5, tj. že většina respondentů má bez ohledu na typ školy dobré rodinné zázemí.

Otázka číslo 6 zjišťovala, zda se respondenti považují za budižkničemu. Na výběr měli respondenti tyto možnosti:

- ano
- spíše ano
- spíše ne
- ne

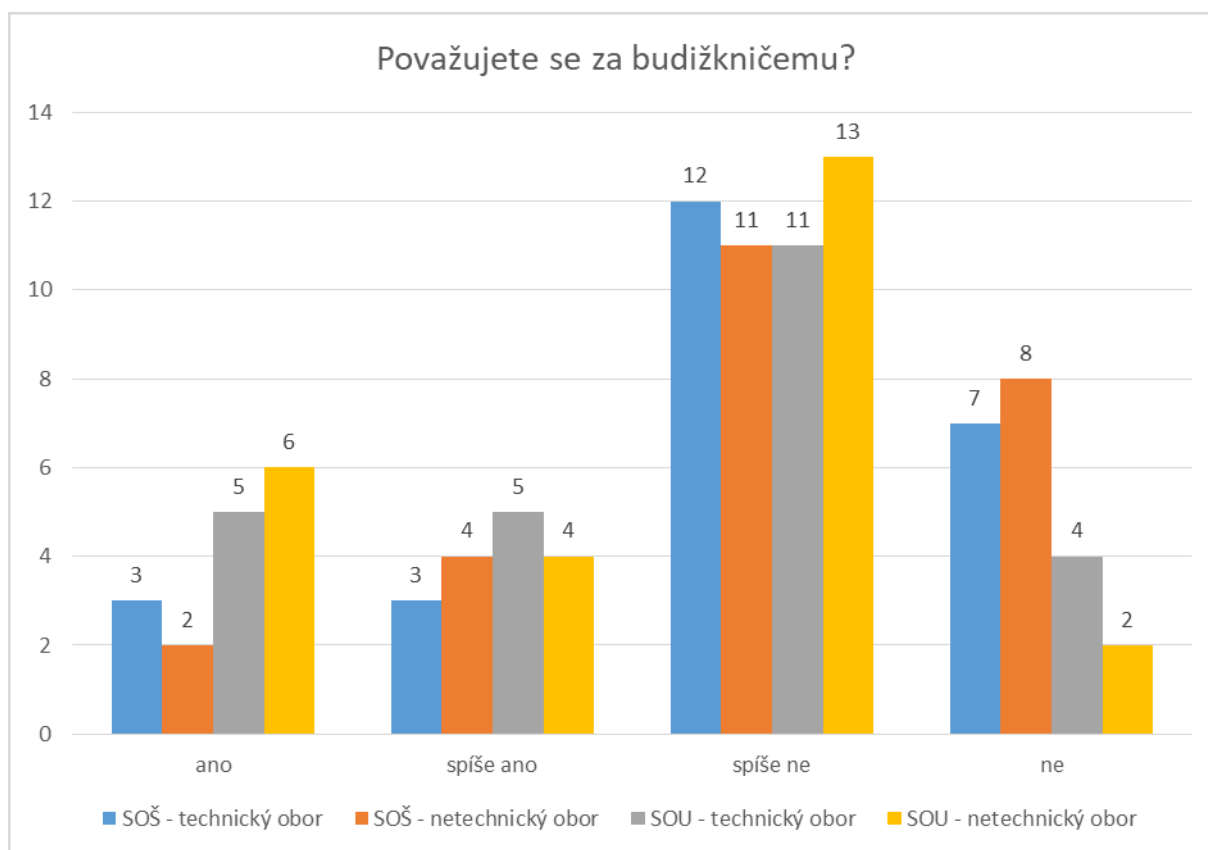
Výsledky jejich odpovědí jsou zachyceny v Tabulce 6 a Grafu 6.

Tabulka 6 Považujete se za budižkničemu?

	ano	%	spíše ano	%	spíše ne	%	ne	%	celkem
SOŠ – technický obor	3	12,00%	3	12,00%	12	48,00%	7	28,00%	25
SOŠ – netechnický obor	2	8,00%	4	16,00%	11	44,00%	8	32,00%	25
SOU – technický obor	5	20,00%	5	20,00%	11	44,00%	4	16,00%	25
SOU – netechnický obor	6	24,00%	4	16,00%	13	52,00%	2	8,00%	25
Celkem	16	x	16	x	47	x	21	x	x

Zdroj: vlastní zpracování.

Graf 6 Považujete se za budižkničemu?



Zdroj: vlastní zpracování.

Šestá otázka u respondentů zjišťovala, zda se respondenti považují za budižkničemu. Z provedeného průzkumu vyplývá, z hlediska druhu škol (SOŠ nebo SOU) mají obecně lepší sebepojetí z hlediska považování se za budižkničemu studenti střední odborné školy. Odpověď ne nebo spíše ne zvolilo celkem 76 % studentů střední odborné školy netechnického typu a 76 % studentů střední odborné školy technického typu. Studenti středního odborného učiliště jsou na tom hůře. Horší sebepojetí z hlediska považování se za budižkničemu (akceptovány byly odpovědi ne nebo spíše ne) má 60 % studentů středního odborného učiliště technického oboru a 60 % studentů středního odborného učiliště netechnického oboru, jak vyplývá z Tabulky 6.

S otázkou šestou je spojen i Předpoklad 6, který byl definován takto: Většina respondentů se bez ohledu na typ školy nepovažuje za budižkničemu (akceptovány jsou odpovědi ne a spíše ne).

Z provedeného průzkumu vyplývá, že odpověď ne nebo spíše ne vybralo celkem 76 % studentů střední odborné školy a 60 % studentů středního odborného učiliště. Pokud sečteme všechny skupiny respondentů, kteří odpověděli na tuto otázku ne nebo spíše ne, zjistíme, že se za budižkničemu nepovažuje celkem 68 % respondentů, což je více než polovina a je možné toto množství studentů pokládat za většinu. Na základě provedeného průzkumu lze konstatovat, že výzkumné šetření potvrdilo Předpoklad 6, tj. že většina respondentů se bez ohledu na typ školy nepovažuje za budižkničemu.

Otázka číslo 7 zjišťovala, zda jsou respondenti v kolektivu oblíbení. Na výběr měli respondenti tyto možnosti:

- ano
- spíše ano
- spíše ne
- ne

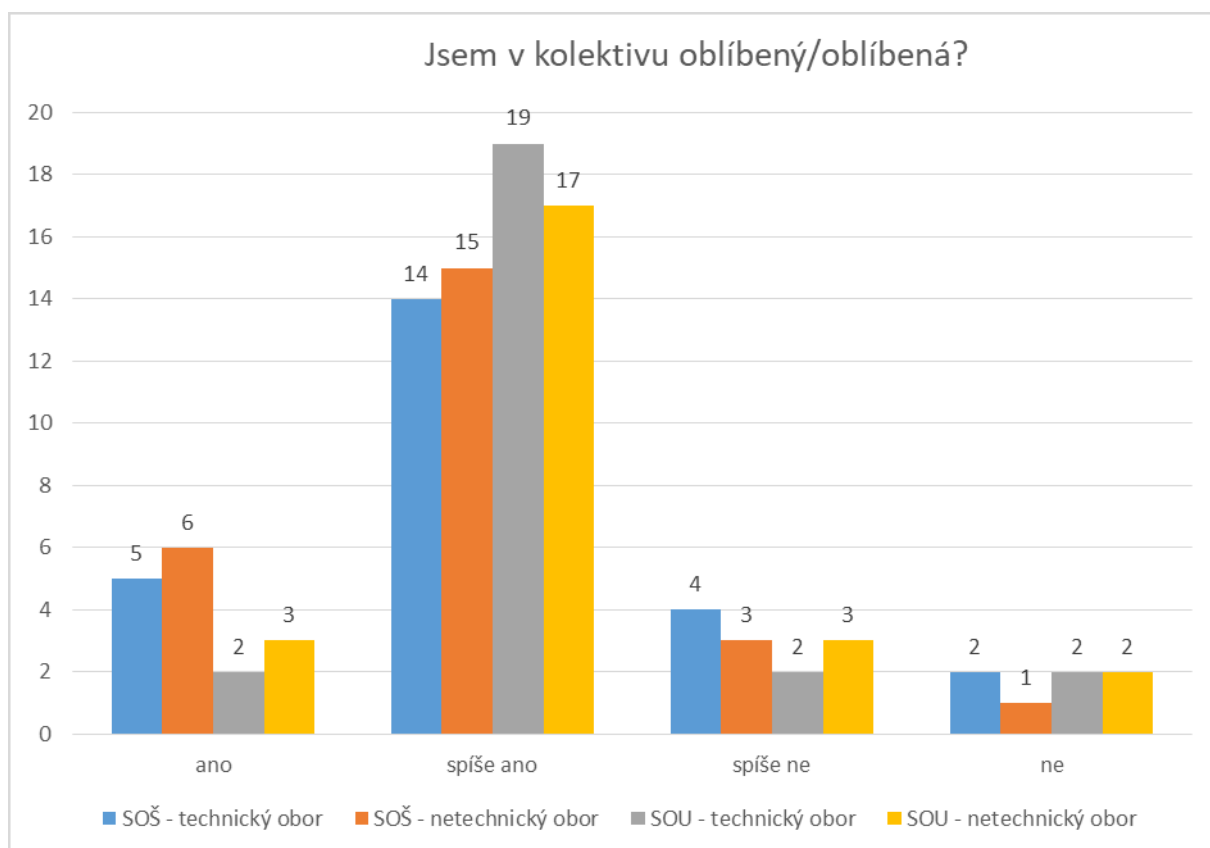
Výsledky jejich odpovědí jsou zachyceny v Tabulce 7 a Grafu 7.

Tabulka 7 Jsem v kolektivu oblíbený/oblíbená?

	ano	%	spíše ano	%	spíše ne	%	ne	%	celkem
SOŠ – technický obor	5	20,00%	14	56,00%	4	16,00%	2	8,00%	25
SOŠ – netechnický obor	6	24,00%	15	60,00%	3	12,00%	1	4,00%	25
SOU – technický obor	2	8,00%	19	76,00%	2	8,00%	2	8,00%	25
SOU – netechnický obor	3	12,00%	17	68,00%	3	12,00%	2	8,00%	25
Celkem	16	x	65	x	12	x	7	x	x

Zdroj: vlastní zpracování.

Graf 7 Jsem v kolektivu oblíbený/oblíbená?



Zdroj: vlastní zpracování.

Sedmá otázka u respondentů zjišťovala, zda si respondenti připadají v kolektivu oblíbení. Z provedeného průzkumu vyplývá, že z hlediska druhu škol (SOŠ nebo SOU) zde není žádný výrazný rozdíl ve vnímání sama sebe v kolektivu. Odpověď ano nebo spíše ano zvolilo celkem 80 % studentů střední odborné školy. U studentů středního odborného učiliště odpověď ano nebo spíše ano zvolilo 82 % respondentů, což není žádný výrazný rozdíl oproti studentům střední odborné školy, jak vyplývá z Tabulky 7.

S otázkou sedmou je spojen i Předpoklad 7, který byl definován takto: Oblíbenější si připadají studenti střední odborné školy (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano).

Z provedeného průzkumu vyplývá, že odpověď ano nebo spíše ano vybralo celkem 80 % studentů střední odborné školy a 82 % studentů středního odborného učiliště. Na základě provedeného průzkumu lze konstatovat, že výzkumné šetření nepotvrdilo Předpoklad 7, tj. že oblíbenější si připadají studenti střední odborné školy.

Otázka číslo 8 zjišťovala, zda mají respondenti kolem sebe dobré přátele. Na výběr měli respondenti tyto možnosti:

- ano
- spíše ano
- spíše ne
- ne

Výsledky jejich odpovědí jsou zachyceny v Tabulce 8 a Grafu 8.

Tabulka 8 Mám kolem sebe dobré přátele?

	ano	%	spíše ano	%	spíše ne	%	ne	%	celkem
SOŠ – technický obor	5	20,00%	14	56,00%	4	16,00%	2	8,00%	25
SOŠ – netechnický obor	6	24,00%	15	60,00%	3	12,00%	1	4,00%	25
SOU – technický obor	2	8,00%	19	76,00%	2	8,00%	2	8,00%	25
SOU – netechnický obor	3	12,00%	17	68,00%	3	12,00%	2	8,00%	25
Celkem	16	x	65	x	12	x	7	x	x

Zdroj: vlastní zpracování.

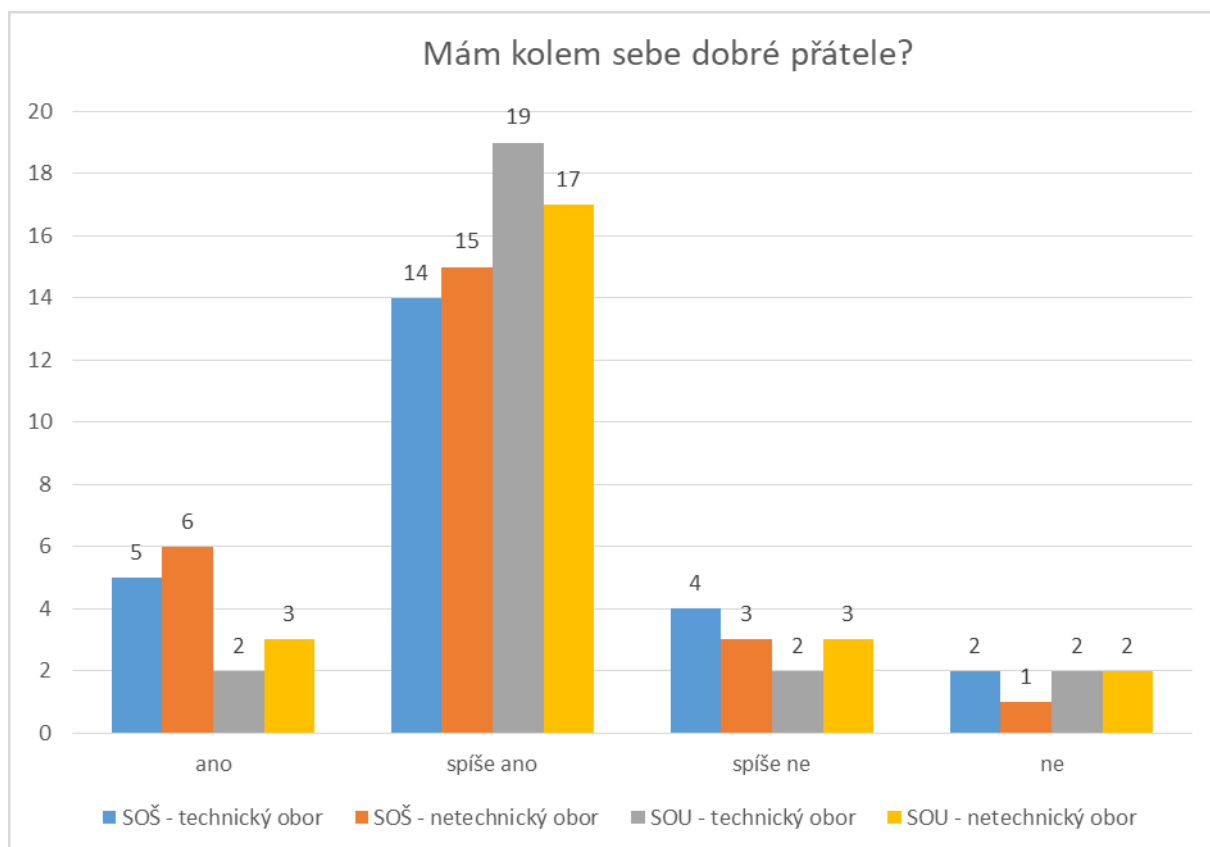
Osmá otázka u respondentů zjišťovala, zda mají respondenti kolem sebe dobré přátele. Z provedeného průzkumu vyplývá, z hlediska druhu škol (SOŠ nebo SOU) zde není žádný výrazný rozdíl ve vnímání dobrých přátel kolem sebe. Odpověď ano nebo spíše ano zvolilo celkem 80 % studentů střední odborné školy. U studentů středního odborného učiliště odpověď ano nebo spíše ano zvolilo 82 % respondentů, což není žádný výrazný rozdíl oproti studentům střední odborné školy, jak vyplývá z Tabulky 8.

S otázkou osmou je spojen i Předpoklad 8, který byl definován takto: Většina respondentů se domnívá, že má kolem sebe dobré přátele (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano).

Z provedeného průzkumu vyplývá, že odpověď ano nebo spíše ano vybralo celkem 80 % studentů střední odborné školy a 82 % studentů středního odborného učiliště. Pokud sečteme všechny skupiny respondentů, kteří odpověděli na tuto otázku ano nebo spíše ano, zjistíme, že

se dobré přátele má kolem sebe celkem 81 % respondentů, což je více než polovina a je možné toto množství studentů pokládat za většinu. Na základě provedeného průzkumu lze konstatovat, že výzkumné šetření potvrdilo Předpoklad 8, tj. že většina respondentů se domnívá, že má kolem sebe dobré přátele.

Graf 8 Mám kolem sebe dobré přátele?



Zdroj: vlastní zpracování.

Otázka číslo 9 zjišťovala, zda mají respondenti kolem sebe lidi, kteří je podporují v jejich snech. Na výběr měli respondenti tyto možnosti:

- ano
- spíše ano
- spíše ne
- ne

Výsledky jejich odpovědí jsou zachyceny v Tabulce 9 a Grafu 9.

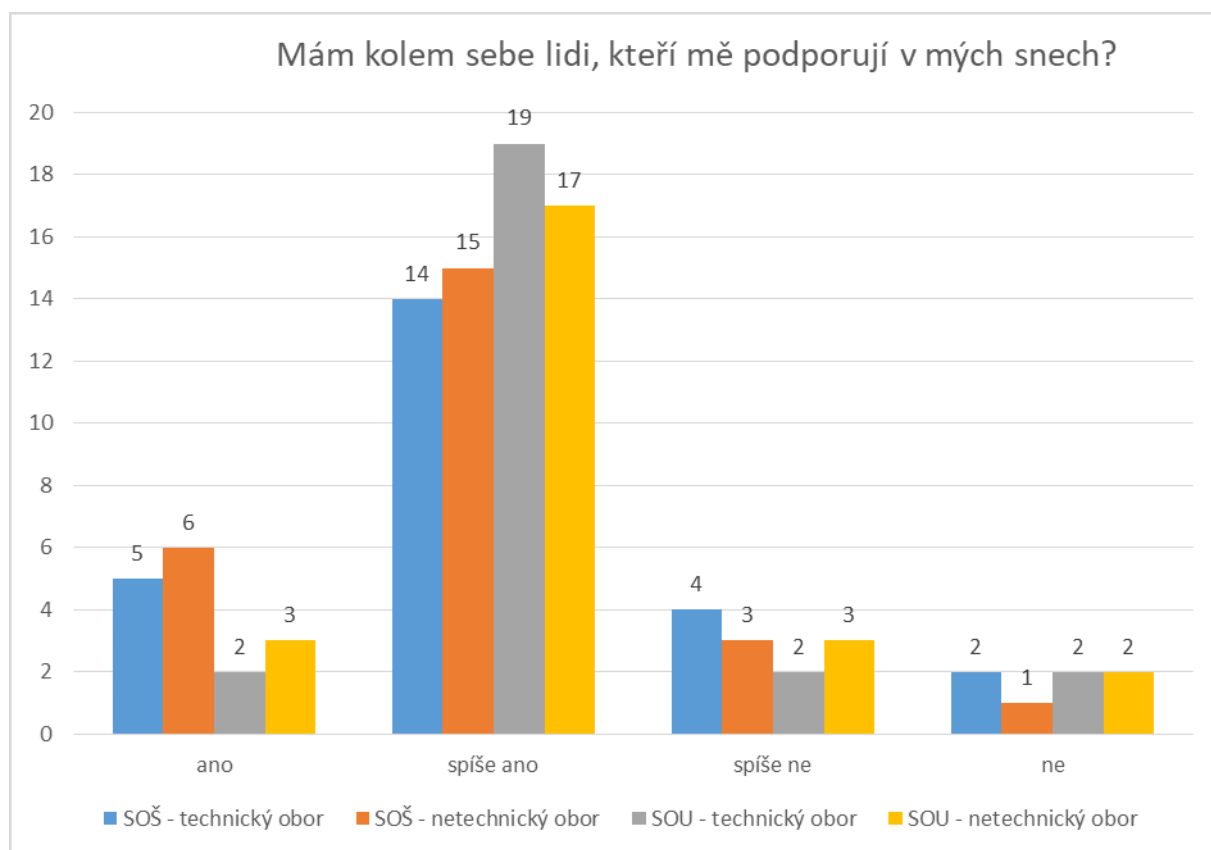


Tabulka 9 Mám kolem sebe lidi, kteří mě podporují v mých snech?

	ano	%	spíše ano	%	spíše ne	%	ne	%	celkem
SOŠ – technický obor	5	20,00%	14	56,00%	4	16,00%	2	8,00%	25
SOŠ – netechnický obor	6	24,00%	15	60,00%	3	12,00%	1	4,00%	25
SOU – technický obor	2	8,00%	19	76,00%	2	8,00%	2	8,00%	25
SOU – netechnický obor	3	12,00%	17	68,00%	3	12,00%	2	8,00%	25
Celkem	16	x	65	x	12	x	7	x	x

Zdroj: vlastní zpracování.

Graf 9 Mám kolem sebe lidi, kteří mě podporují v mých snech?



Zdroj: vlastní zpracování.

Devátá otázka u respondentů zjišťovala, zda mají respondenti kolem sebe lidi, kteří je podporují v jejich snech. Z provedeného průzkumu vyplývá, že na tuto otázku mají respondenti stejný názor jako na otázku osmou. Z hlediska druhu škol (SOŠ nebo SOU) zde totiž není žádný výrazný rozdíl ve vnímání lidí, které mají respondenti kolem sebe a které je

podporují v jejich snech. Odpověď ano nebo spíše ano zvolilo celkem 80 % studentů střední odborné školy. U studentů středního odborného učiliště odpověď ano nebo spíše ano zvolilo 82 % respondentů, což není žádný výrazný rozdíl oproti studentům střední odborné školy, jak vyplývá z Tabulky 9.

S otázkou devátou je spojen i Předpoklad 9, který byl definován takto: Většina respondentů má kolem sebe lidi, kteří je podporují v jejich snech (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano).

Z provedeného průzkumu vyplývá, že odpověď ano nebo spíše ano vybralo celkem 80 % studentů střední odborné školy a 82 % studentů středního odborného učiliště. Pokud sečteme všechny skupiny respondentů, kteří odpověděli na tuto otázku ano nebo spíše ano, zjistíme, že se dobré přátele má kolem sebe celkem 81 % respondentů, což je více než polovina a je možné toto množství studentů pokládat za většinu. Na základě provedeného průzkumu lze konstatovat, že výzkumné šetření potvrdilo Předpoklad 9, tj. že většina respondentů se domnívá, že má kolem sebe lidi, kteří je podporují v jejich snech.

Otázka číslo 10 zjišťovala, zda si respondenti jdou za svými životními sny. Na výběr měli respondenti tyto možnosti:

- ano
- spíše ano
- spíše ne
- ne

Výsledky jejich odpovědí jsou zachyceny v Tabulce 10 a Grafu 10.

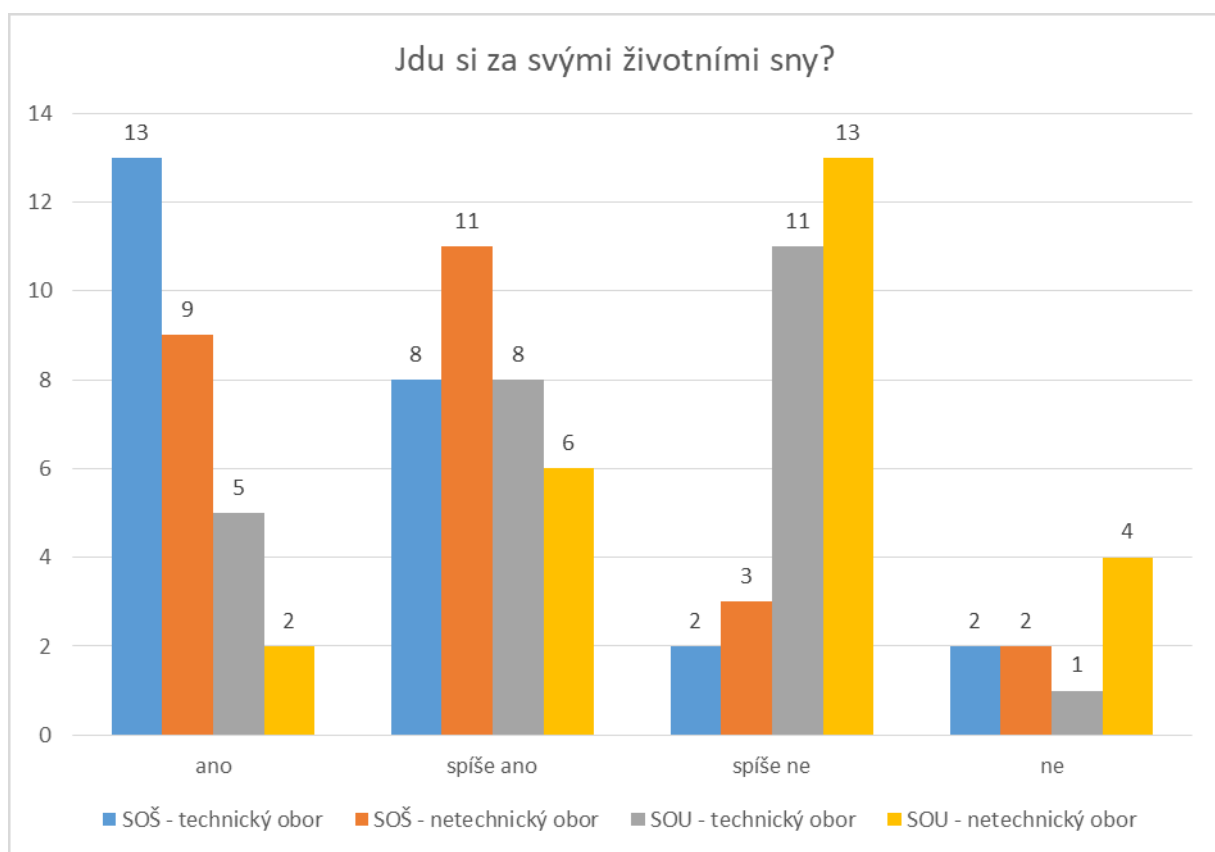
Tabulka 10 Jdu si za svými životními sny?

	ano	%	spíše ano	%	spíše ne	%	ne	%	celkem
SOŠ – technický obor	13	52,00%	8	32,00%	2	8,00%	2	8,00%	25
SOŠ – netechnický obor	9	36,00%	11	44,00%	3	12,00%	2	8,00%	25

SOU – technický obor	5	20,00%	8	32,00%	11	44,00%	1	4,00%	25
SOU – netechnický obor	2	8,00%	6	24,00%	13	52,00%	4	16,00%	25
Celkem	24	x	38	x	29	x	9	x	x

Zdroj: vlastní zpracování.

Graf 10 Jdu si za svými životními sny?



Zdroj: vlastní zpracování.

Desátá otázka u respondentů zjišťovala, zda si respondenti jdou za svými životními sny. Z provedeného průzkumu vyplývá, nejvíce si za svými životními sny (odpověď ano a spíše ano) jdou studenti střední odborné školy, kdy takto odpovědělo 82 % respondentů z této skupiny osob. Naopak studenti středního odborného učiliště si za svými sny tolik nejdu (odpověď ano a spíše ano). Za svými životními sny si jde pouze 42 % z nich, jak vyplývá z Tabulky 10.

S otázkou desátou je spojen i Předpoklad 10, který byl definován takto: Více si za svými životními sny jdou studenti střední odborné školy než studenti středního odborného učiliště (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano).

Z provedeného průzkumu vyplývá, že odpověď ano a odpověď spíše ano vybralo celkem 41 respondentů z 50 studentů střední odborné školy, což představuje 82 % respondentů z této skupiny studentů. Co se týče studentů středního odborného učiliště, odpověď ano a odpověď spíše ano vybralo celkem 21 studentů středního odborného učiliště, což představuje 42 % respondentů z této skupiny studentů. Na základě provedeného průzkumu lze konstatovat, že výzkumné šetření potvrdilo Předpoklad 10, tj. že více si za svými životními sny jdou studenti střední odborné školy než studenti středního odborného učiliště.

Otázka číslo 11 zjišťovala, zda respondenti chtějí pokračovat v dalším vzdělávání po ukončení stávající školy. Na výběr měli respondenti tyto možnosti:

- ano
- spíše ano
- spíše ne
- ne

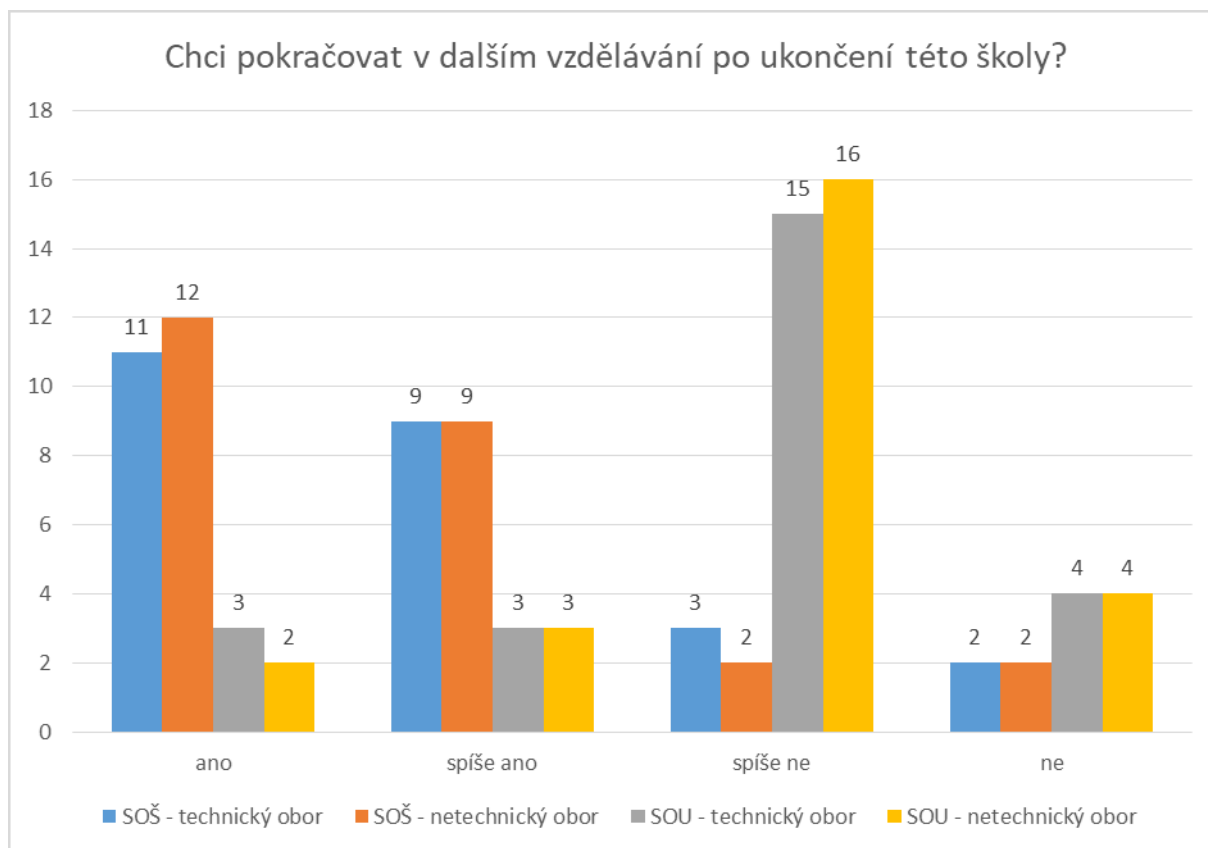
Výsledky jejich odpovědí jsou zachyceny v Tabulce 11 a Grafu 11.

Tabulka 11 Chci pokračovat v dalším vzdělávání po ukončení této školy?

	ano	%	spíše ano	%	spíše ne	%	ne	%	celkem
SOŠ – technický obor	11	44,00%	9	36,00%	3	12,00%	2	8,00%	25
SOŠ – netechnický obor	12	48,00%	9	36,00%	2	8,00%	2	8,00%	25
SOU – technický obor	3	12,00%	3	12,00%	15	60,00%	4	16,00%	25
SOU – netechnický obor	2	8,00%	3	12,00%	16	64,00%	4	16,00%	25
Celkem	28	x	24	x	36	x	12	x	x

Zdroj: vlastní zpracování.

Graf 11 Chci pokračovat v dalším vzdělávání po ukončení této školy?



Zdroj: vlastní zpracování.

Jedenáctá otázka u respondentů zjišťovala, zda respondenti chtějí po ukončení jejich školy pokračovat v dalším vzdělávání. Z provedeného výzkumu vyplývá, že z hlediska druhu škol (SOŠ nebo SOU) zde existuje poměrně značný rozdíl v touze respondentů pokračovat v dalším vzdělávání po ukončení jejich školy. Odpověď ano nebo spíše ano zvolilo celkem 82 % studentů střední odborné školy. U studentů středního odborného učiliště odpověď ano nebo spíše ano zvolilo pouze 22 % respondentů, jak vyplývá z Tabulky 11.

S otázkou jedenáctou je spojen i Předpoklad 11, který byl definován takto: Pokračovat v dalším vzdělávání po ukončení školy chtějí spíše studenti střední odborné školy než studenti středního odborného učiliště (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano).

Z provedeného průzkumu vyplývá, že odpověď ano nebo spíše ano vybralo celkem 82 % studentů střední odborné školy a 22 % studentů středního odborného učiliště. Na základě provedeného průzkumu lze konstatovat, že výzkumné šetření potvrdilo Předpoklad 11, tj. že pokračovat v dalším vzdělávání po ukončení školy chtějí spíše studenti střední odborné školy než studenti středního odborného učiliště.

Otázka číslo 12 zjišťovala, zda respondenti vidí svoji budoucnost pozitivně. Na výběr měli respondenti tyto možnosti:

- ano
- spíše ano
- spíše ne
- ne

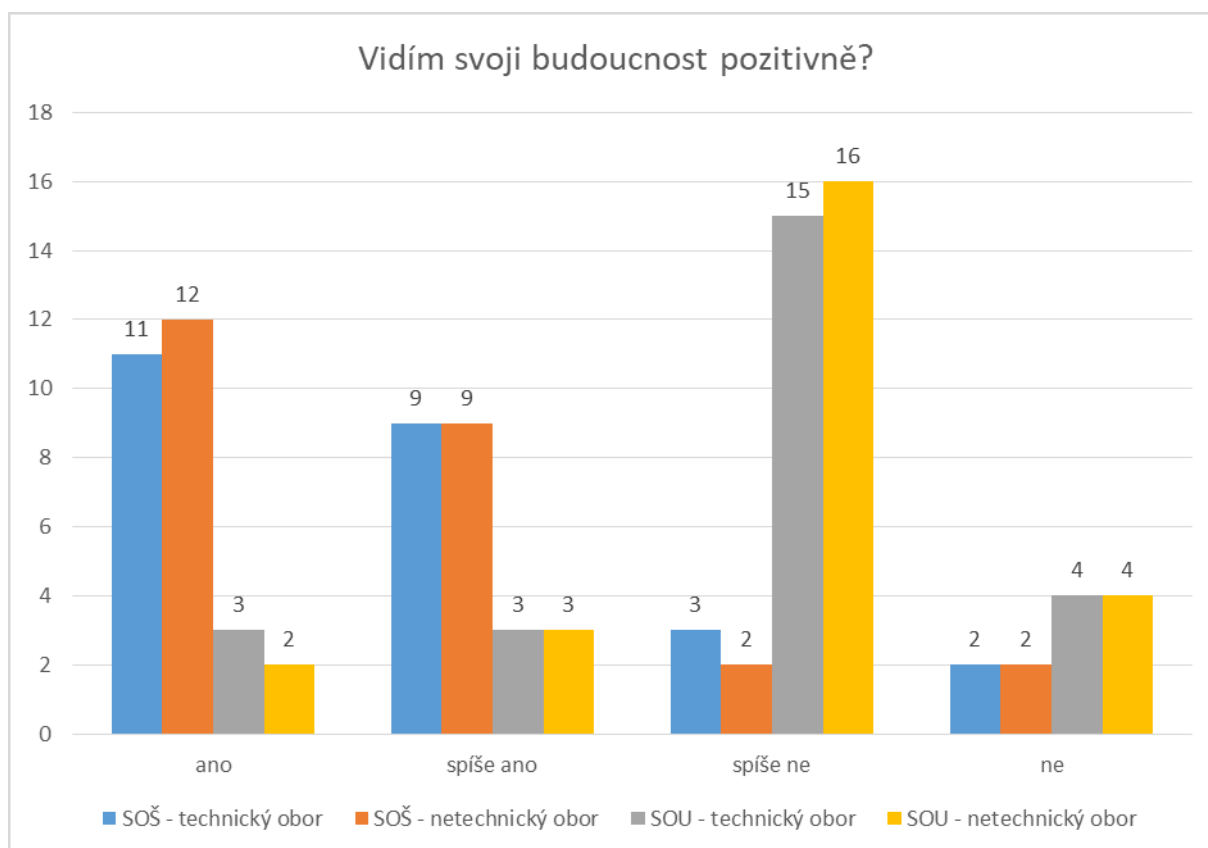
Výsledky jejich odpovědí jsou zachyceny v Tabulce 12 a Grafu 12.

Tabulka 12 Vidím svoji budoucnost pozitivně?

	ano	%	spíše ano	%	spíše ne	%	ne	%	celkem
SOŠ – technický obor	11	44,00%	9	36,00%	3	12,00%	2	8,00%	25
SOŠ – netechnický obor	12	48,00%	9	36,00%	2	8,00%	2	8,00%	25
SOU – technický obor	3	12,00%	3	12,00%	15	60,00%	4	16,00%	25
SOU – netechnický obor	2	8,00%	3	12,00%	16	64,00%	4	16,00%	25
Celkem	28	x	24	x	36	x	12	x	x

Zdroj: vlastní zpracování.

Graf 12 Vidím svoji budoucnost pozitivně?



Zdroj: vlastní zpracování.

Dvanáctá otázka u respondentů zjišťovala, zda respondenti vidí svoji budoucnost pozitivně. Z provedeného výzkumu vyplývá, že z hlediska druhu škol (SOŠ nebo SOU) zde existuje poměrně velký rozdíl v nahlížení na budoucnost. Odpověď ano nebo spíše ano zvolilo celkem 82 % studentů střední odborné školy. U studentů středního odborného učiliště odpověď ano nebo spíše ano zvolilo pouze 22 % respondentů, jak vyplývá z Tabulky 12.

S otázkou dvanáctou je spojen i Předpoklad 12, který byl definován takto: Pozitivněji nahlízejí na svoji budoucnost spíše studenti střední odborné školy než studenti středního odborného učiliště (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano).

Z provedeného průzkumu vyplývá, že odpověď ano nebo spíše ano vybralo celkem 82 % studentů střední odborné školy a 22 % studentů středního odborného učiliště. Na základě provedeného průzkumu lze konstatovat, že výzkumné šetření potvrdilo Předpoklad 12, tj. že pozitivněji nahlízejí na svoji budoucnost spíše studenti střední odborné školy než studenti středního odborného učiliště.

Otázka číslo 13 zjišťovala, zda respondenti vědí, co od života chtějí. Na výběr měli respondenti tyto možnosti:

- ano
- spíše ano
- spíše ne
- ne

Výsledky jejich odpovědí jsou zachyceny v Tabulce 13 a Grafu 13.

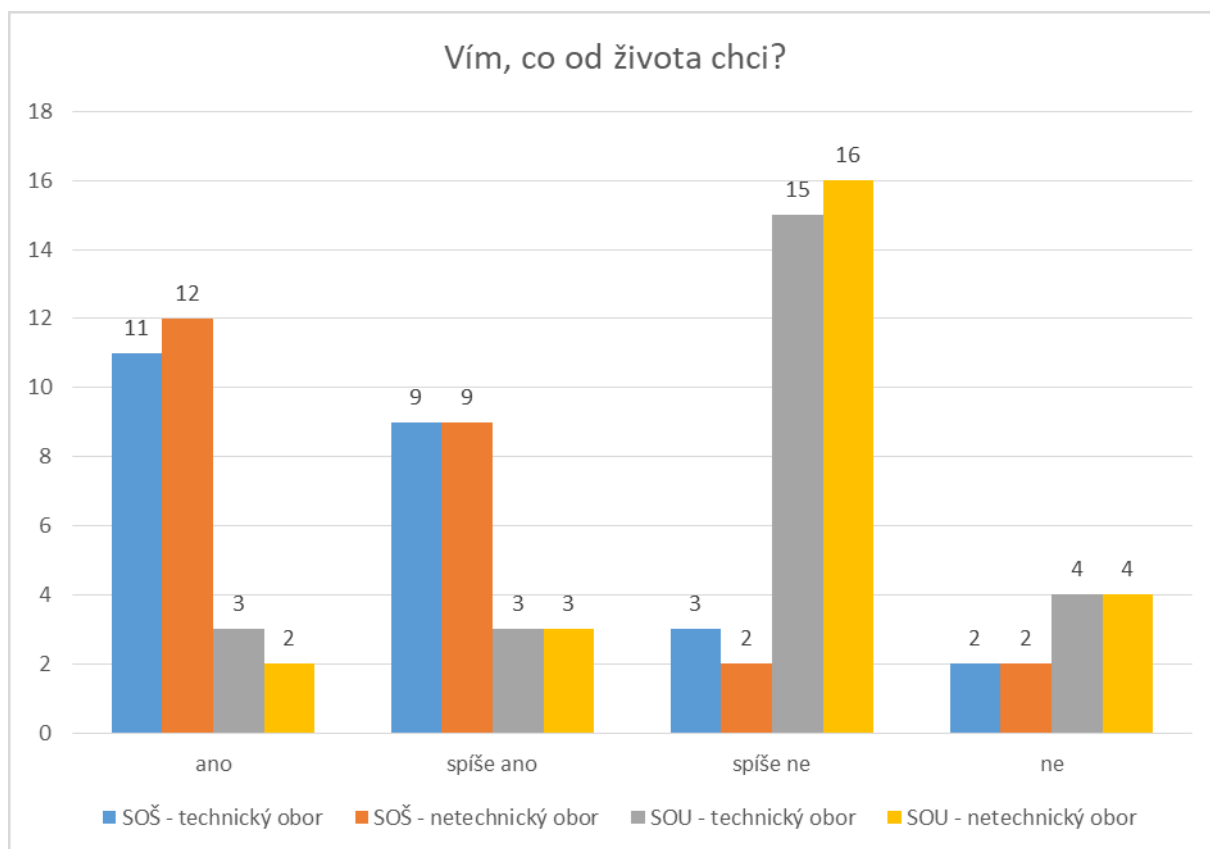
Tabulka 13 Víím, co od života chci?

	ano	%	spíše ano	%	spíše ne	%	ne	%	celkem
SOŠ – technický obor	11	44,00%	9	36,00%	3	12,00%	2	8,00%	25
SOŠ – netechnický obor	12	48,00%	9	36,00%	2	8,00%	2	8,00%	25
SOU – technický obor	3	12,00%	3	12,00%	15	60,00%	4	16,00%	25
SOU – netechnický obor	2	8,00%	3	12,00%	16	64,00%	4	16,00%	25
Celkem	28	x	24	x	36	x	12	x	x

Zdroj: vlastní zpracování.



Graf 13 Vím, co od života chci?



Zdroj: vlastní zpracování.

Třináctá otázka u respondentů zjišťovala, zda respondenti vědí, co od života chtějí. Z provedeného výzkumu vyplývá, že z hlediska druhu škol (SOŠ nebo SOU) zde existuje rovněž poměrně rozdíl v nahlížení na budoucnost. Odpověď ano nebo spíše ano zvolilo celkem 82 % studentů střední odborné školy. U studentů středního odborného učiliště odpověď ano nebo spíše ano zvolilo pouze 22 % respondentů, jak vyplývá z Tabulky 13.

S otázkou třináctou je spojen i Předpoklad 13, který byl definován takto: Studenti střední odborné školy vědí spíše, co od života chtějí, než studenti středního odborného učiliště (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano).

Z provedeného průzkumu vyplývá, že odpověď ano nebo spíše ano vybralo celkem 82 % studentů střední odborné školy a 22 % studentů středního odborného učiliště. Na základě provedeného průzkumu lze konstatovat, že výzkumné šetření potvrdilo Předpoklad 13, tj. že

studenti střední odborné školy vědí spíše, co od života chtějí, než studenti středního odborného učiliště.

Otázka číslo 14 zjišťovala, zda mají respondenti vybrané své budoucí povolání. Na výběr měli respondenti tyto možnosti:

- ano
- spíše ano
- spíše ne
- ne

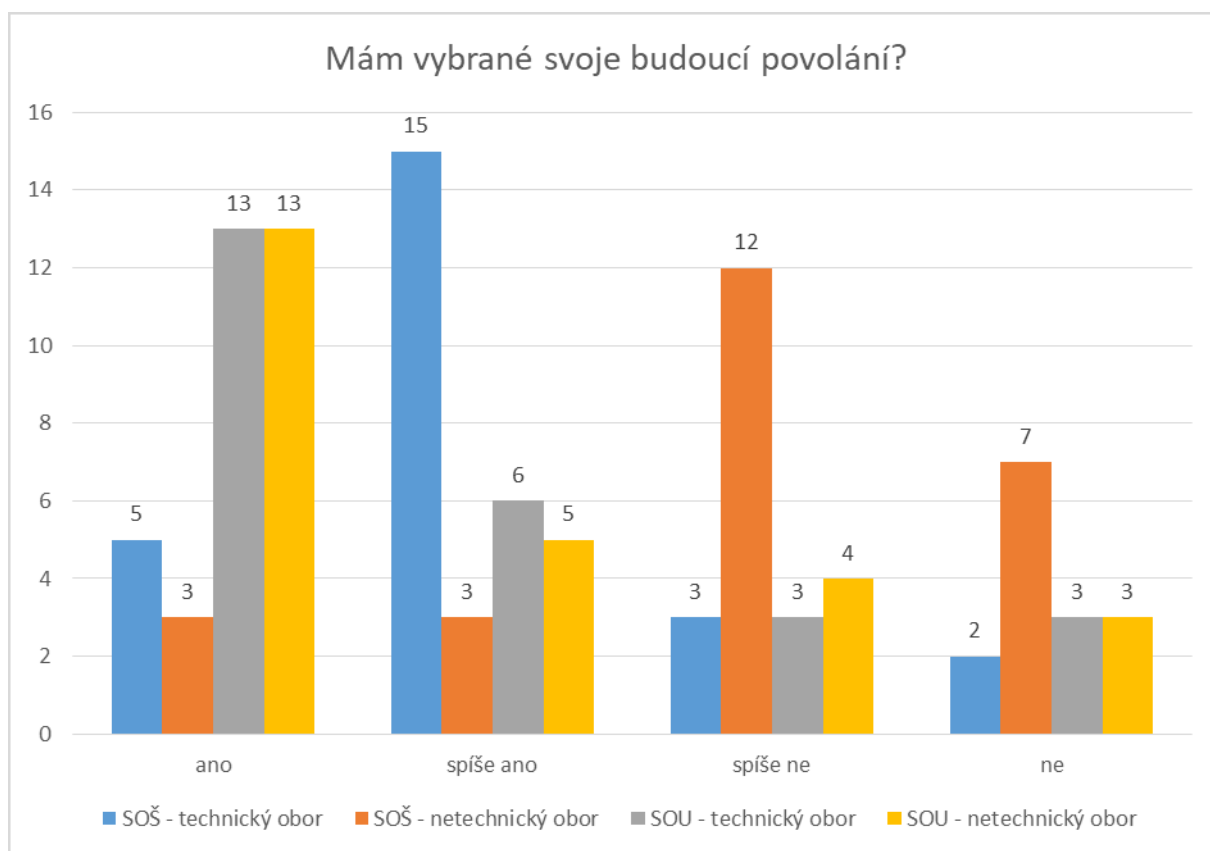
Výsledky jejich odpovědí jsou zachyceny v Tabulce 14 a Grafu 14.

Tabulka 14 Mám vybrané svoje budoucí povolání?

	ano	%	spíše ano	%	spíše ne	%	ne	%	celkem
SOŠ – technický obor	5	20,00%	15	60,00%	3	12,00%	2	8,00%	25
SOŠ – netechnický obor	3	12,00%	3	12,00%	12	48,00%	7	28,00%	25
SOU – technický obor	13	52,00%	6	24,00%	3	12,00%	3	12,00%	25
SOU – netechnický obor	13	52,00%	5	20,00%	4	16,00%	3	12,00%	25
Celkem	34	x	31	x	20	x	15	x	x

Zdroj: vlastní zpracování.

Graf 14 Mám vybrané svoje budoucí povolání?



Zdroj: vlastní zpracování.

Čtrnáctá otázka u respondentů zjišťovala, zda mají respondenti vybrané svoje budoucí povolání. Z provedeného výzkumu vyplývá, že z hlediska technických / netechnických oborů (bez ohledu na typ školy) mají povolání vybrané nebo spíše vybrané spíše studenti technických oborů (celkem 39 % respondentů) oproti studentům netechnických oborů (celkem 24 % respondentů), jak vyplývá z Tabulky 14.

S otázkou čtrnáctou je spojen i Předpoklad 14, který byl definován takto: Svoje budoucí povolání mají vybrané spíše studenti střední odborné školy než studenti středního odborného učiliště (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano).

Z provedeného průzkumu vyplývá, že odpověď ano nebo spíše ano vybralo celkem 52 % studentů střední odborné školy a 74 % studentů středního odborného učiliště. Na základě provedeného průzkumu lze konstatovat, že výzkumné šetření nepotvrdilo Předpoklad 14, tj.

že svoje budoucí povolání mají vybrané spíše studenti střední odborné školy než studenti středního odborného učiliště, a je tedy nutné tento předpoklad zamítnout.

Otázka číslo 15 zjišťovala, zda mají respondenti pocit, že si vybrali dobře svoje budoucí povolání. Na výběr měli respondenti tyto možnosti:

- ano
- spíše ano
- spíše ne
- ne

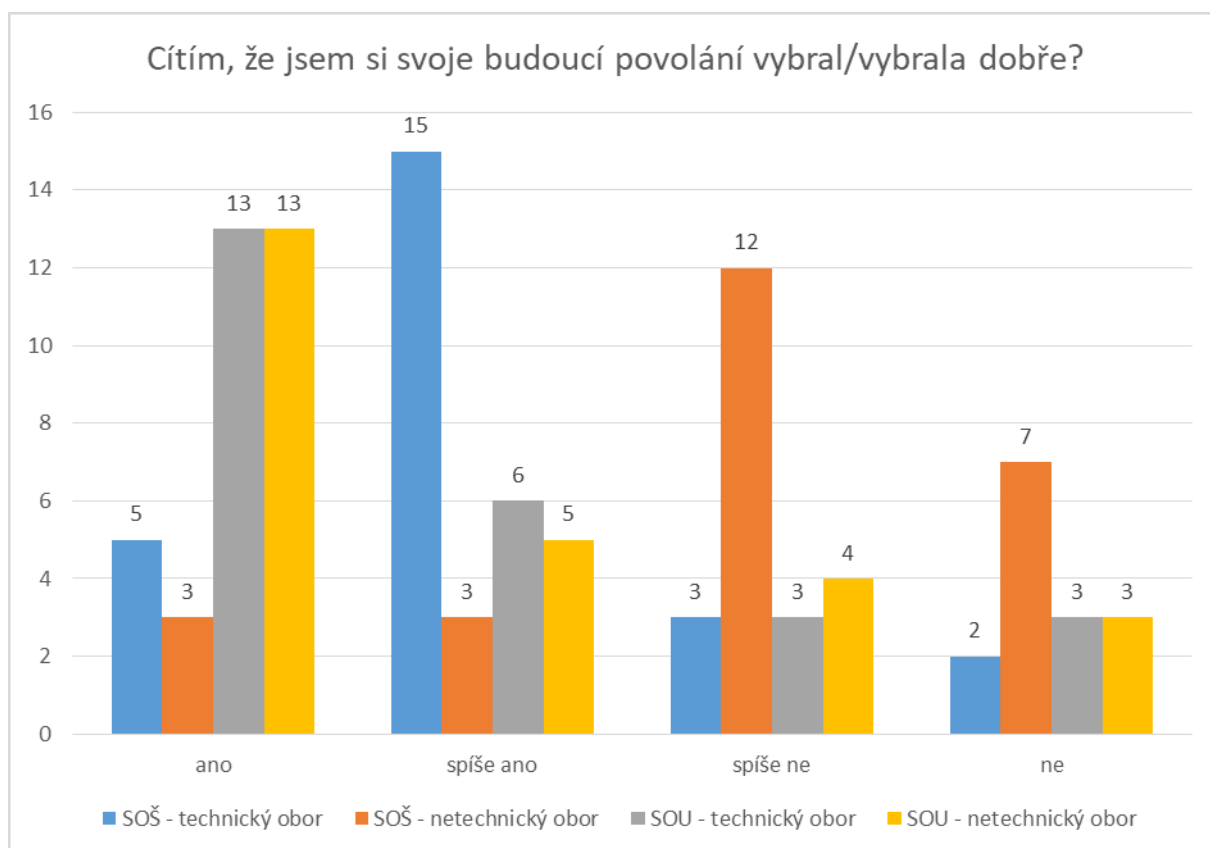
Výsledky jejich odpovědí jsou zachyceny v Tabulce 15 a Grafu 15.

Tabulka 15 Cítím, že jsem si svoje budoucí povolání vybral/vybrala dobře?

	ano	%	spíše ano	%	spíše ne	%	ne	%	celkem
SOŠ – technický obor	5	20,00%	15	60,00%	3	12,00%	2	8,00%	25
SOŠ – netechnický obor	3	12,00%	3	12,00%	12	48,00%	7	28,00%	25
SOU – technický obor	13	52,00%	6	24,00%	3	12,00%	3	12,00%	25
SOU – netechnický obor	13	52,00%	5	20,00%	4	16,00%	3	12,00%	25
Celkem	34	x	31	x	20	x	15	x	x

Zdroj: vlastní zpracování.

Graf 15 Cítím, že jsem si svoje budoucí povolání vybral/vybrala dobře?



Zdroj: vlastní zpracování.

Patnáctá otázka u respondentů zjišťovala, zda cítí, že si svoje budoucí povolání vybrali dobře. Z provedeného výzkumu vyplývá, že z hlediska technických / netechnických oborů (bez ohledu na typ školy) mají tento pocit spíše studenti technických oborů (celkem 39 % respondentů) oproti studentům netechnických oborů (celkem 24 % respondentů), jak vyplývá z Tabulky 15.

S otázkou patnáctou je spojen i Předpoklad 15, který byl definován takto: Většina studentů má pocit, že si svoje budoucí povolání vybrali dobře (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano).

Z provedeného průzkumu vyplývá, že odpověď ano nebo spíše ano vybralo celkem 52 % studentů střední odborné školy a 74 % studentů středního odborného učiliště, tj. celkem 63 % respondentů. Na základě provedeného průzkumu lze konstatovat, že výzkumné šetření potvrdilo Předpoklad 15, tj. že většina studentů má pocit, že si svoje budoucí povolání vybrali dobře.

Další tři otázky jsou již doplňující. Konkrétně byli studenti dotázáni na pohlaví, typ školy, který studují, a na jaké škole studují. My jsme se v této práci zaměřili na zkoumání jejich odpovědí z hlediska typu školy (technický a netechnický obor) a z hlediska samotné školy (střední odborné učiliště a střední odborná škola), ale je možné využít i další hledisko výzkumného šetření, kterým je pohlaví respondentů. To ale s ohledem na rozsah této práce nebude cílem tohoto výzkumného šetření.

První doplňující otázka se tedy vztahovala k pohlaví respondentů. Zde měli respondenti odpovědět, zda jsou:

- chlapec
- dívka

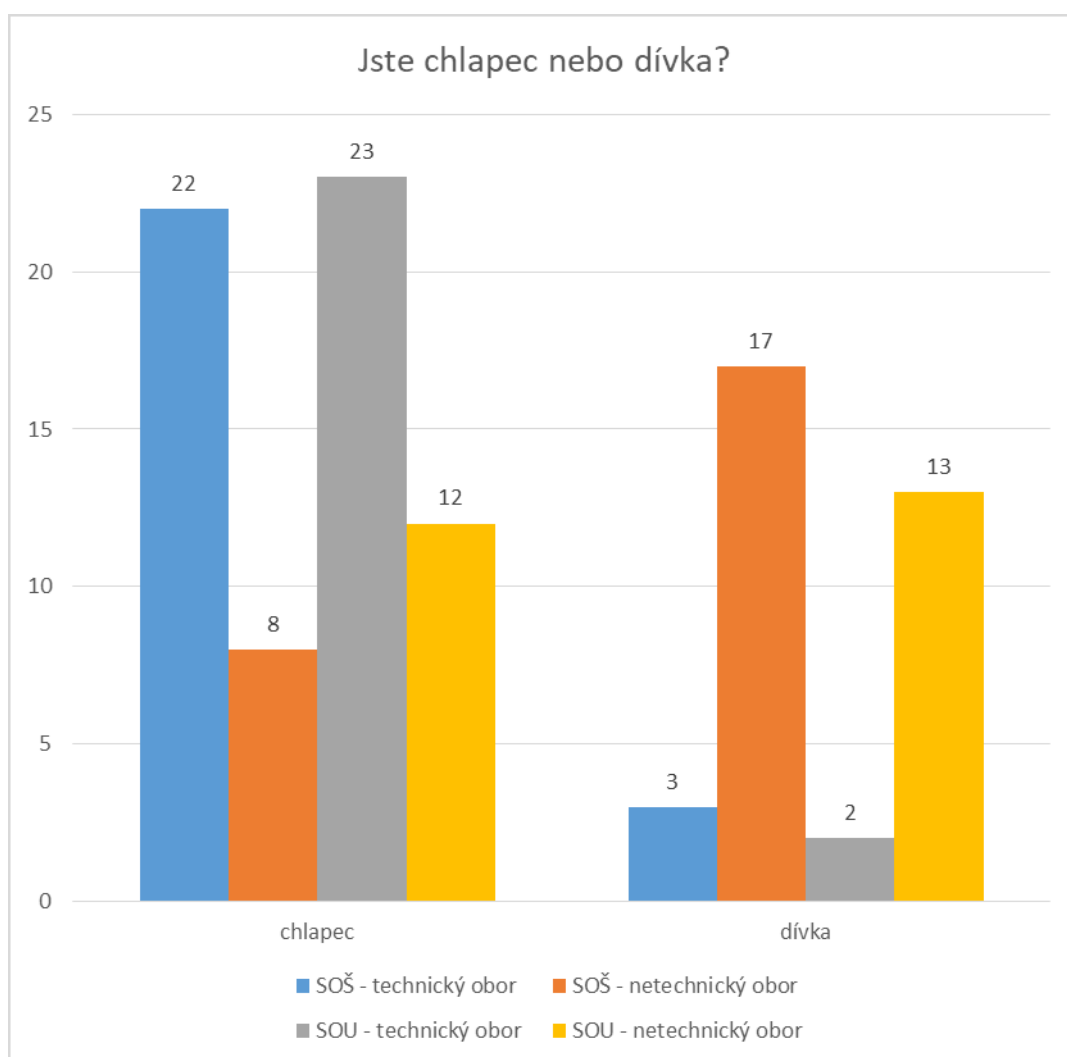
Výsledky jejich odpovědí jsou zachyceny v Tabulce 16 a Grafu 16.

Tabulka 16 Jste chlapec nebo dívka?

	chlapec	%	dívka	%	celkem
SOŠ - předposlední ročník	22	88,00%	3	12,00%	25
SOŠ - poslední ročník	8	32,00%	17	68,00%	25
SOU - předposlední ročník	23	92,00%	2	8,00%	25
SOU - poslední ročník	12	48,00%	13	52,00%	25
Celkem	65	x	35	x	x

Zdroj: vlastní zpracování.

Graf 16 Jste chlapec nebo dívka?



Zdroj: vlastní zpracování.

Šestnáctá otázka u respondentů zjišťovala, zda se jedná o chlapce nebo dívku. Z provedeného výzkumu vyplývá, že se výzkumného šetření zúčastnilo více chlapců než děvčat. Konkrétně se jednalo celkem o 65 % chlapců a 35 % děvčat, jak vyplývá z Tabulky 16.

Výzkumné šetření zároveň ukázalo, že technické obory studují spíše chlapci (celkem 45 % respondentů), kdežto dívky jsou spíše zastoupeny v netechnických oborech studia (celkem 30 % respondentů).

V další otázce byli respondenti dotázáni, jaký typ školy studují. Na výběr měli tyto možnosti:

- technický obor

- netechnický obor

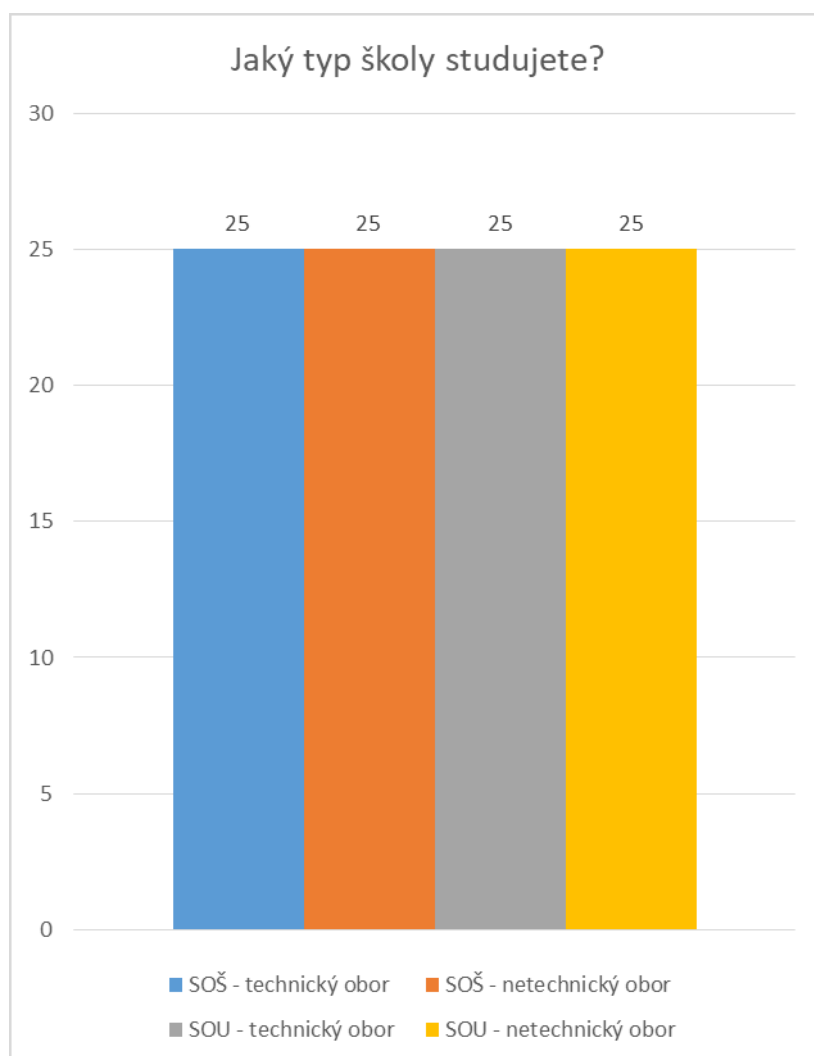
Výsledky jejich odpovědí jsou zachyceny v Tabulce 17 a Grafu 17.

Tabulka 17 Jaký typ školy studujete?

	chlapec	%	celkem
SOŠ - předposlední ročník	25	100,00%	25
SOŠ - poslední ročník	25	100,00%	25
SOU - předposlední ročník	25	100,00%	25
SOU - poslední ročník	25	100,00%	25
Celkem	100	x	x

Zdroj: vlastní zpracování.

Graf 17 Jaký typ školy studujete?



Zdroj: vlastní zpracování.



Sedmnáctá otázka u respondentů zjišťovala, jaký typ školy studují. Výzkumného šetření se zúčastnil rovnoměrný počet respondentů, kdy jejich rozložení vypadalo následovně:

- 25 studentů třetího ročníku anonymního odborného učiliště technického typu,
- 25 studentů třetího ročníku anonymního odborného učiliště netechnického typu,
- 25 studentů čtvrtého ročníku anonymní střední odborné školy technického typu,
- 25 studentů čtvrtého ročníku anonymní střední odborné školy netechnického typu.

Tím bylo zajištěno, že výzkumné šetření mělo rovnoměrné zastoupení, co se týče oboru studia a typu školy, neboť toto hledisko bylo zohledňováno z hlediska jednotlivých odpovědí, na čemž byly často postaveny i předpoklady výzkumného šetření, které souvisely s definovanou výzkumnou otázkou.

Poslední otázka ještě rozlišovala, jaký typ školy respondenti studují. Na výběr měli z těchto možností:

- střední odborné učiliště
- střední odborná škola

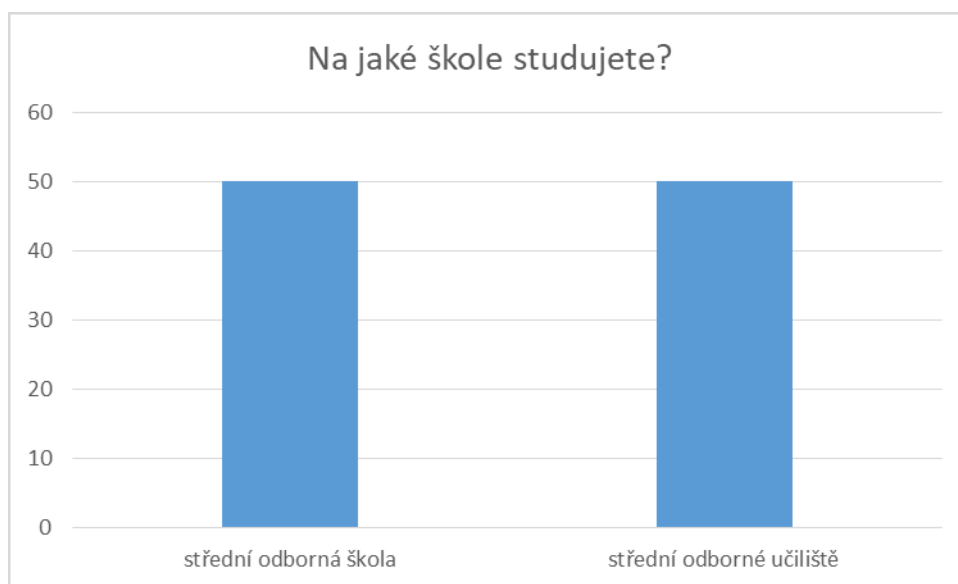
Výsledky jejich odpovědí jsou zachyceny v Tabulce 18 a Grafu 18.

Tabulka 18 Na jaké škole studujete?

	typ školy	%
střední odborná škola	50	50,00%
střední odborné učiliště	50	50,00%
Celkem	100	x

Zdroj: vlastní zpracování.

Graf 18 Na jaké škole studujete?



Zdroj: vlastní zpracování.

Poslední osmnáctá otázka u respondentů zjišťovala, na jaké škole studují. Výzkumného šetření se zúčastnil rovnoměrný počet respondentů, kdy jejich rozložení vypadalo i z hlediska typu školy následovně:

- 50 studentů anonymního středního odborného učiliště,
- 50 studentů anonymní střední odborné školy.

Tím bylo rovněž zjištěno, že výzkumné šetření mělo rovnoměrné zastoupení co se týče oboru studia a typu školy, neboť toto hledisko bylo zohledňováno z hlediska jednotlivých odpovědí, na čemž byly často postaveny i předpoklady výzkumného šetření, které souvisely s definovanou výzkumnou otázkou.

### 3.3 Kvalitativní výzkum

Kvalitativního výzkumu se zúčastnili dva studenti posledních ročníků středního odborného učiliště technického a netechnického typu a dva studenti posledních ročníků středního odborného učiliště technického a netechnického typu.

Konkrétně byli vybráni takoví studenti, kteří v rámci kvantitativního výzkumu měli vlastní a profesní sebepojetí na vysoké úrovni, a dále pak ti, kteří měli vlastní a profesní sebepojetí na nižší úrovni. Jmenovitě se jednalo o tyto studenty:

- Petra, vysoké vlastní a profesní sebepojetí, studentka posledního ročníku střední odborné školy netechnického typu,
- Tomáš, nízké vlastní a profesní sebepojetí, student posledního ročníku střední odborné školy technického typu,
- Michal, vysoké vlastní a profesní sebepojetí, student posledního ročníku středního odborného učiliště technického typu,
- Zuzana, nízké vlastní a profesní sebepojetí, studentka posledního ročníku středního odborného učiliště netechnického typu.

Těmto studentům byly položeny následující otázky:

1. Mám dobré rodinné zázemí?
2. Považujete se za budižkničemu?
3. Jsem v kolektivu oblíbený/oblíbená?
4. Mám kolem sebe lidi, kteří mě podporují v mých snech?
5. Chci pokračovat v dalším vzdělávání po ukončení této školy?
6. Vím, co od života chci?

Tyto otázky byly dle potřeby modifikovány tak, aby rozhovor probíhal plynule.

Během rozhovoru byly kladeny i doplňující otázky, pokud nebylo něco jasného a bylo třeba něco dovysvětlit tak, aby výzkumné šetření mělo odpovídající kvalitu.

### *3.3.1 Rozhovor 1 – studentka Petra*

První rozhovor probíhal se studentkou Petrou, která studuje poslední ročník střední odborné školy netechnického typu. Její profesní a vlastní sebepojetí je velmi vysoké.

Konkrétní odpovědi z dotazníku, který vyplnila v rámci kvantitativního výzkumu, byly tyto:

1. Považujete se za přitažlivou osobu?
  - spíše ano
2. Považujete se za slušnou osobu?
  - ano
3. Považujete se za nepořádnou osobu?
  - ne
4. Považujete se za pečlivou osobu?
  - ano
5. Mám dobré rodinné zázemí?
  - ano
6. Považujete se za budižkničemu?
  - ne
7. Jsem v kolektivu oblíbený/oblíbená?
  - ano
8. Mám kolem sebe dobré přátele?
  - ano

9. Mám kolem sebe lidi, kteří mě podporují v mých snech?

- ano

10. Jdu si za svými životními sny?

- ano

11. Chci pokračovat v dalším vzdělávání po ukončení této školy?

- ano

12. Vidím svoji budoucnost pozitivně?

- ano

13. Vím, co od života chci?

- ano

14. Mám vybrané svoje budoucí povolání?

- ano

15. Cítím, že jsem si svoje budoucí povolání vybral/vybrala dobře?

- ano

Rozhovor vypadal takto:

Tazatel:

*„Petro, viděla jsem tvoje odpovědi, které si vyplnila v rámci dotazníkového šetření, a musím říct, že jsi mě příjemně překvapila, že sebe vnímáš velmi hezky. Stejně tak máš jasno i o svém dalším životě.“*

Petra:

*„Děkuju.“*

Tazatel:

*„Já se tě teď zeptám na pár otázek z dotazníku a chci tě poprosit, jestli mi můžeš blíže vysvětlit, co tě k této odpovědi vedlo.“*

Petra:

*„Dobře.“*

Tazatel:

*„Uvedla jsi, že máš dobré rodinné zázemí. Myslíš si, že to má vliv na tvoje vlastní sebepojetí i sebepojetí z hlediska tvé budoucí profese?“*

Petra:

*„Určitě ano. Mamka i tatka jsou skvělí. Sice máme občas spory, asi jako každý se svými rodiči, ale nikdy mi nic vyloženě nezakazovali, pokud to nebyla úplná blbost. Spíš si mě vyslechli a vždycky mi řekli svůj názor. Díky tomu s nimi mám skvělý vztah a moje rodinné zázemí je perfektní.“*

Tazatel:

*„Spousta tvých spolužáků se považuje za budižkničemu. Proč ty to tak nemáš?“*

Petra:

*„Je to určitě dáno mým zázemím v rodině. Naši ve mně vždycky věřili, podporovali mě v mých snech, takže myslím, že mám zdravé sebevědomí. Dobře se učím, chci jít na vysokou školu, takže si nemyslím, že bych byla budižkničemu.“*

Tazatel:

*„To musíš být v kolektivu oblíbená, ne?“*

Petra:

*„Tady u té otázky jsem váhala, jestli nemám dát odpověď spíše ano. Obecně si myslím, že oblíbená jsem. Ale občas se stane, že mě třeba začnou holky pomlouvat, že mám to a to oblečení, nebo jak je možný, že jsem dostala takhle dobrou známku. No, vyjít v holčičím kolektivu je někdy těžký. Na druhou stranu jsem si uvědomila, že na volejbale mě mají holky rády a berou mě bez jakýchkoliv podmínek jako svoji kamarádku. A to si myslím, že u sportů,*

*kde to musí v kolektivu klapat, se to ukáže dobře. Tím pádem jsem vybrala u této otázky odpověď ano.*

Tazatel:

*„Máš ještě kromě rodičů někoho, kdo tě podporuje v tvých snech?“*

Petra:

*„Určitě babičky a dědečkové. Budu jejich první vnučka, co v historii obou rodin chce jít na vysokou školu. Už teď mi slibují, jak mi budou vařit a vozit jídlo na koleje. Je to hrozně milé. Neumím si představit, jak těžké to mají ti, kteří takovouhle podporu v rodině nemají.“*

Tazatel:

*„Tím pádem víš, co od života chceš, že?“*

Petra:

*„Mám ráda děti a baví mě jazyky, tzn., od malička jsem věděla, že chci být paní učitelka. Původně jenom ve školce, až postupem času moje sny vykrytalizovaly do podoby učitelství pro střední školy, obor němčina – angličtina.“*

Tazatel:

*„Držím palce a děkuji za rozhovor.“*

Petra:

*„Není zač.“*

### *3.3.2 Rozhovor 2 – student Tomáš*

Druhý rozhovor probíhal se studentem Tomášem, který studuje poslední ročník střední odborné školy technického typu. Jeho profesní a vlastní sebepojetí je velmi nízké.

Konkrétní odpovědi z dotazníku, který vyplnil v rámci kvantitativního výzkumu, byly tyto:

1. Považujete se za přitažlivou osobu?

- spíše ne

2. Považujete se za slušnou osobu?
  - spíše ano
3. Považujete se za nepořádnou osobu?
  - spíše ano
4. Považujete se za pečlivou osobu?
  - spíše ano
5. Mám dobré rodinné zázemí?
  - spíše ne
6. Považujete se za budižkničemu?
  - spíše ano
7. Jsem v kolektivu oblíbený/oblíbená?
  - spíše ne
8. Mám kolem sebe dobré přátele?
  - spíše ne
9. Mám kolem sebe lidi, kteří mě podporují v mých snech?
  - spíše ne
10. Jdu si za svými životními sny?
  - spíše ne
11. Chci pokračovat v dalším vzdělávání po ukončení této školy?
  - ne
12. Vidím svoji budoucnost pozitivně?
  - spíše ne



13. Vím, co od života chci?

- spíše ne

14. Mám vybrané svoje budoucí povolání?

- spíše ne

15. Cítím, že jsem si svoje budoucí povolání vybral/vybrala dobře?

- spíše ne

Rozhovor vypadal takto:

Tazatel:

*„Tomáši, viděla jsem tvoje odpovědi, které jsi vyplnil v rámci dotazníkového šetření, a musím říct, že jsem byla překvapená, že máš o sobě takové mínění. Můžeš mi prosím vysvětlit, proč si takto odpovídal? Třeba tě pomohu nasměrovat, aby se tvoje sebepojetí zlepšilo.“*

Tomáš:

*„Já o sobě nechci moc mluvit.“*

Tazatel:

*„Nechci tě přemlouvat, spíš chci pochopit, v čem je problém. Na spoustě věcí se dá pracovat a můžeš je zlepšit. Slibuji, že se nebudu moc vyptávat. Pokud ti bude rozhovor nepříjemný, ukončíme ho, ano?“*

Tomáš:

*„Dobře.“*

Tazatel:

*„Nesouvisí tvoje reakce a odpovědi i trochu s rodinným zázemím?“*

Tomáš:

*„Asi jo.“*

Tazatel:

*„Řekneš mi k tomu prosím víc?“*

Tomáš:

*„Naši se rozvedli, když jsem byl ještě na základce. Táta si pořídil novou rodinu, mám teď od něj další dva sourozence. Pak si pořídila rodinu i mamka, bohužel s o dost mladším chlapem. Hrozně na něj žárlí, takže veškerou svoji aktivitu upnula na mladší dítě a svůj zevnějšek, aby byla pro něj stále atraktivní. O mě se až tak moc nezajímá. Já nedělám problémy, ale chybí mi, jak to bylo dřív.“*

Tazatel:

*„Jak to bylo dřív?“*

Tomáš:

*„Byl jsem jedináček se všemi výhodami. Naši mě zbožňovali, svět se točil kolem mě. Jenomže pak tátu pobláznila jeho podřízená, otěhotněla s ním a od té doby to jde s naší rodinou z kopce. Naši si několik let nemohli přijít na jméno. Trochu se to uklidnilo, až když si mamka našla toho nového partnera a pořídila si s ním dítě. Jenomže pak jsem já šel stranou a dost blbě to nesu.“*

Tazatel:

*„Proč si odpověděl, že se spíše považuješ za budižkničemu?“*

Tomáš:

*„Možná jsem to trochu přehnal. Já jsem obecně šikovný, ale chybí mi zpětná vazba. Nikdo mi už dlouhou dobu neřekl, že jsem něco udělal dobře, že se mi něco povedlo, že jsem šikovný. A když v tom žiješ dlouho, tak to prostě v tobě vyvolá pocit, že seš na nic. Ta podpora je důležitá a mně bohužel chybí.“*

Tazatel:

*„Opravdu si myslíš, že nejsi v kolektivu oblíbený? Proč si to myslíš?“*

Tomáš:

*„Nemáme moc peněz, nosím hadry od Vietnamců, přinejlepším z Tesca. Mám tlačítkovej mobil, na dovolený nejezdíme, na kroužky nechodím. Myslíš, že je to málo pro to, abych byl úplnej outsider?“*

Tazatel:

*„Vím, že to není jednoduché. Poznala jsem vás během praxe a je vidět, že finanční problémy nemá jenom tvoje rodina. Ale podívej se třeba na Honzu – ten je ti hodně blízký tím, jak se obliká, co má, ale dobře se učí. Ví, že jednou chce být informatik a že to, na co nemá peníze teď, si koupí třeba za pět let. Není tohle taky cesta k tomu si jít za svým a snažit se z toho dna odrazit?“*

Tomáš:

*„To asi jo. Jenomže když tě nikdo nepodporuje, je to těžký. Vlastně je to pohodlnější zůstat v zajetých kolejkách a moc nevyčínat a životem proplouvat.“*

Tazatel:

*„Myslíš, že hezká holka si vybere spíš chytrého nebo hloupého kluka?“*

Tomáš:

*„No asi chytrýho.“*

Tazatel:

*„Tak se začni víc snažit. Máš na to. Jsi teď v posledním ročníku, kdy se rozhoduje o tvé budoucnosti, o množství peněz, co si v životě dokážeš vydělat. Nejsi hloupý, jen tak snaha tam chybí.“*

Tomáš:

*„Myslíš, že mám na to jít na vysokou?“*

Tazatel:

*„Když to nezkusíš, tak to nezjistíš?“*

Tomáš:

*„To máš pravdu. Vidiš, to mě nenapadlo, že se to dá vlastně i zkusit. Rozhodne se to tak za mě. Takže já si můžu myslet, že na vysokou nemám a třeba se tam dostanu. Děkuju, žes mě donutila takhle přemýšlet.“*

Tazatel:

*„Já jsem ti říkala, že tě třeba pomohu nasměrovat k tomu, abys neměl tak špatné sebepojetí.“*

Tomáš:

*„A já jsem ti nevěřil.“*

Tazatel:

*„Poslední otázka – víš, co od života chceš?“*

Tomáš:

*„No spíš jsem si myslel, že nevím, ale když o tom teď tak přemýšlím, tak by mě hrozně bavilo pracovat se zvířaty. Úplně nejlépe se o ně starat, léčit je. Na veterinu bych se mohl dostat?“*

Tazatel:

*„Udělej pro to maximum. Pak si nebudeš vyčítat, že jsi to nezkusil.“*

### 3.3.3 Rozhovor 3 – student Michal

Třetí rozhovor probíhal se studentem Michalem, který studuje poslední ročník středního odborného učiliště technického typu. Jeho profesní a vlastní sebepojetí je velmi vysoké.

Konkrétní odpovědi z dotazníku, který vyplnil v rámci kvantitativního výzkumu, byly tyto:

1. Považujete se za přitažlivou osobu?

- ano

2. Považujete se za slušnou osobu?

- ano

3. Považujete se za nepořádnou osobu?

- ne

4. Považujete se za pečlivou osobu?

- ano

5. Mám dobré rodinné zázemí?

- ano

6. Považujete se za budižkničemu?

- ne

7. Jsem v kolektivu oblíbený/oblíbená?

- ano

8. Mám kolem sebe dobré přátele?

- ano

9. Mám kolem sebe lidi, kteří mě podporují v mých snech?

- ano

10. Jdu si za svými životními sny?

- ano

11. Chci pokračovat v dalším vzdělávání po ukončení této školy?

- ne

12. Vidím svoji budoucnost pozitivně?

- ano

13. Vím, co od života chci?

- ano

14. Mám vybrané svoje budoucí povolání?

- ano

15. Cítím, že jsem si svoje budoucí povolání vybral/vybrala dobře?

- ano

Rozhovor vypadal takto:

Tazatel:

*„Michale, viděla jsem tvoje odpovědi, které jsi vyplnil v rámci dotazníkového šetření, a musím říct, že jsem byla překvapená, že máš velmi hezké sebepojetí – jak sebe, tak z hlediska tvé budoucí profese. Byl si vlastně jediný ze všech respondentů, který vybral odpovědi ano nebo ne, nic mezi tím.“*

Michal:

*„Tak buď je to pravda, nebo není. Nic mezi tím podle mě není.“*

Tazatel:

*„Odpověděl si, že máš dobré rodinné zázemí. Můžeš to prosím nějak specifikovat?“*

Michal:

*„Naši jsou super. Jsou sice rozvedení, mají mě asi od svých 10 let ve střídavé péči, ale nemůžu si na nic stěžovat. Vycházejí spolu dobře, mají mě oba rádi, nesoutěží spolu. Týden jsem u mamky, týden u tatky, nebo jak to vyjde. Můj tatka má truhlářskou dílnu a už od malička mě vedl k řemeslu, tzn., byl mým vzorem, proč jsem se rozhodl vyučit truhlářem. Už se moc těším na to, až budu s ním pracovat v jeho dílně.“*

Tazatel:

*„To je asi zbytečné se ptát, proč si odpověděl, že se nepovažuješ za budižkničemu, vid?“*

Michal:

*„No to fakt nejsem. Sice se mi ne vždycky všechno daří, ale takhle nízké sebevědomí nemám.“*

Tazatel:

*„Proč si myslíš, že jseš v kolektivu oblíbený?“*

Michal:

*„Kluci mě berou, trávíme spolu čas i po škole. Je pravda, že líp vycházím s klukama, co mají nějaký cíl, než s těma, kteří se jenom v té škole vezou, aby měli výuční list, a pak se to nějak za ně vyřeší.“*

Tazatel:

*„Myslíš si, že tě kluci berou i kvůli tomu, že máš hezké oblečení, nový mobil, nebo to s tím nesouvisí?“*

Michal:

*„Tak je jasné, že ten, kdo zaostává za ostatními, je z kolektivu částečně vyřazen. To by musel být Einstein nebo Michael Jordan, aby to klukům ze třídy nevadilo, že kamarádi s vágusem.“*

Tazatel:

*„Zmiňoval si tatku a jeho truhlářskou dílnu, která tě motivovala k tomu, aby ses vyučil truhlářem. Co mamka? Podporuje tě také? Nebo někdo další?“*

Michal:

*„Mamka je ráda, že dělám to, co mě baví. Vyloženě mě nepodporovala, ale rozhodně mi nic nezakazovala. Spíš má takovou výchovu, abych si na věci přišel, pokud možno, sám. Pak taky babička s dědou z obou stran jsou rádi, že se neflákám a že na sobě makám, abych mohl jednou převzít tatkovu dílnu.“*

Tazatel:

*„Nepřemýšlíš nad tím, že bys ještě dál studoval?“*

Michal:

*„Rozhodně ne. Chci být truhlář a tím se také stanu. Zbytek mě naučí praxe a tatka.“*

### 3.3.4 Rozhovor 4 – studentka Zuzana

Čtvrtý rozhovor probíhal se studentkou Zuzanou, která studuje poslední ročník středního odborného učiliště netechnického typu. Její profesní a vlastní sebepojetí je velmi nízké.

Konkrétní odpovědi z dotazníku, který vyplnila v rámci kvantitativního výzkumu, byly tyto:

1. Považujete se za přitažlivou osobu?

- ne

2. Považujete se za slušnou osobu?

- ano

3. Považujete se za nepořádnou osobu?

- spíše ne

4. Považujete se za pečlivou osobu?

- spíše ne

5. Mám dobré rodinné zázemí?

- spíše ne

6. Považujete se za budižkničemu?

- spíše ano

7. Jsem v kolektivu oblíbený/oblíbená?

- spíše ne

8. Mám kolem sebe dobré přátele?

- spíše ne

9. Mám kolem sebe lidi, kteří mě podporují v mých snech?

- ne

10. Jdu si za svými životními sny?



- spíše ne

11. Chci pokračovat v dalším vzdělávání po ukončení této školy?

- ne

12. Vidím svoji budoucnost pozitivně?

- spíše ne

13. Vím, co od života chci?

- spíše ne

14. Mám vybrané svoje budoucí povolání?

- spíše ano

15. Cítím, že jsem si svoje budoucí povolání vybral/vybrala dobře?

- spíše ne

Rozhovor vypadal takto:

Tazatel:

*„Zuzko, viděla jsem tvoje odpovědi, které si vyplnila v rámci dotazníkového šetření, a musím říct, že jsem byla překvapená, že máš velmi nízké sebepojetí – jak sebe, tak z hlediska tvé budoucí profese. Poviš mi prosím detaily, abych pochopila tvoje odpovědi?“*

Zuzana:

*„Klidně. Ptej se.“*

Tazatel:

*„Co se děje prosím u vás doma, že jsi odpověděla, že nemáš spíše dobré rodinné zázemí? Jsou tvoji rodiče rozvedení?“*

Zuzana:

*„Nejsou rozvedení, jsou normálně spolu. Mezi sebou matka a otec normálně vycházejí, ale já si s nimi vůbec nerozumím. Mám pocit, že mě nechápou, pořád mě do něčeho nutí, něco mi zakazují. A to mi nevyhovuje. Už se těším, až se osamostatním a pořídím si vlastní bydlení.“*

Tazatel:

*„Z toho důvodu jsi odpověděla, že se spíše považuješ za budižkničemu?“*

Zuzana:

*„Ano, to byl ten důvod. Nic podle nich nedělám dobře. A když v tom žiješ roky, tak si to o sobě začneš myslet, i když třeba budižkničemu nejseš. Rodina prostě člověka poznamená, to si musíme přiznat.“*

Tazatel:

*„Souvisí to i nějak s tím, že jsi uvedla, že spíše nejsi v kolektivu oblíbená?“*

Zuzana:

*„Asi jo. Já se spíše kolektivu straním. Nemám náladu se ve škole s nikým bavit, všichni mi přijdou divní. Holky pořád řeší hadry, kluky, kdežto já řeším, jak se co nejdříve osamostatnit, vypadnout z domova a žít si podle svého.“*

Tazatel:

*„Máš vůbec kolem sebe někoho, kdo ti věří a kdo tě podporuje v tvých snech?“*

Zuzana:

*„Nemám. Mým jediným snem je odejít po škole z domova. A v tom mě nikdo nepodporuje. Logicky jsou proti naši, kteří by byli raději, pokud bych ještě dál pokračovala ve studiu, ale to já nechci. Chci prostě pryč a žít si svůj život. A ve škole se s nikým moc nebavím, tak kdo by mě podporoval, že jo?“*

Tazatel:

*„Může něco změnit tvé rozhodnutí zůstat doma a pokračovat dál ve studiu?“*

Zuzana:

*„Nemůže, jsem pevně rozhodnutá. Už zbývá jen pár měsíců a pak budu sama svoji paní.“*

Tazatel:

*„Takže víš, co od života chceš?“*

Zuzana:

*„Ano, přestože s tím moje okolí nesouhlasí.“*

## 4 ZÁVĚR

Cílem této práce bylo popsat vztah žáků odborného učiliště a střední odborné školy k sobě samým, jak se hodnotí, jak o sobě smýšlejí, dále vztah k profesnímu sebepojetí, jejich budoucí cíle spojené s profesním životem a dalším vzděláváním.

Práce byla rozdělena na dvě hlavní části – část teoretickou a část praktickou. V části teoretické bylo pracováno s odbornou literaturou jak českou, tak zahraniční. Podařilo se použít téměř třicet českých odborných publikací a dále dvě anglické odborné publikace spolu se dvěma anglickými odbornými online texty.

V teoretické části práce byl vymezen pojem sebepojetí od dětství až do adolescence, byla zde zpracována oblast vlastního a profesního sebepojetí u adolescentů a význam jejich životních plánů pro budoucí život. V závěru teoretické části byly vymezeny teoretické předpoklady pro část praktickou z hlediska metodiky výzkumného šetření, které bylo nosnou částí části praktické.

Tím byly vytvořeny předpoklady pro část praktickou. Jejím obsahem byl jak výzkum kvantitativní, tak výzkum kvalitativní. Tyto dvě metody zjišťování byly zvoleny s cílem co nejvíce se dozvědět. U kvantitativního výzkumu tohoto typu totiž často může nastat problém, zda dotazovaný odpovídi skutečně vztahuje k vlastnímu já, což pomůže eliminovat kvalitativní výzkum, kdy budou mít respondenti volný prostor odpovídat.

Výzkumnému šetření předcházel tzv. předvýzkum, který probíhal od 15. listopadu do 30. listopadu 2019. Pro předvýzkum jsem oslovila svoji rodinu, přátele, známé, aby mi pomohli při podání zpětné vazby na chystané výzkumné šetření. Předvýzkumu se zúčastnilo nakonec 28 osob z mého blízkého okolí. Tito respondenti odpovídali na všechny otázky, které má obsahovat kvantitativní výzkum. Zároveň jim byly zaslány do e-mailu instrukce s úvodním textem a odkazem na tento dotazník.

Na základě předvýzkumu byla získána cenná zpětná vazba, která byla zapracována do finálního výzkumného šetření.

Finální výzkumné šetření probíhalo od 1. prosince 2019 do 31. ledna 2020. Bylo zaměřeno na tyto osoby:

- studenty třetího ročníku anonymního odborného učiliště technického typu,
- studenty třetího ročníku anonymního odborného učiliště netechnického typu,
- studenty čtvrtého ročníku anonymní střední odborné školy technického typu,
- studenty čtvrtého ročníku anonymní střední odborné školy netechnického typu.

Cílem bylo získat odpovědi minimálně od 80 respondentů v rámci kvantitativního výzkumu, což se podařilo. Nakonec se výzkumu zúčastnilo celkem 100 respondentů, kteří měli rovnoměrné zastoupení v každé skupině, tj. z každé výše uvedené skupiny odpovídalo 25 respondentů.

Těm bylo položeno v rámci dotazníku celkem 18 otázek, které měly pomoci zodpovědět na výzkumnou otázku:

- Existují rozdíly vlastního sebepojetí a profesního sebepojetí mezi studenty odborného učiliště a střední odborné školy?

V souvislosti s výzkumnou otázkou bylo třeba definovat i předpoklady. Ty byly nastaveny takto:

- Předpoklad 1: Lepší pojetí z hlediska přitažlivosti mají studenti střední odborné školy než studenti středního odborného učiliště.
- Předpoklad 2: Lepší pojetí z hlediska slušnosti mají studenti posledního ročníku střední odborné školy než studenti posledního ročníku středního odborného učiliště.
- Předpoklad 3: Lepší pojetí z hlediska pořádnosti mají studenti posledního ročníku střední odborné školy než studenti posledního ročníku středního odborného učiliště.
- Předpoklad 4: Pečlivější jsou obecně studenti technických oborů než studenti netechnických oborů.
- Předpoklad 5: Většina respondentů má bez ohledu na typ školy dobré rodinné zázemí (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano).

- Předpoklad 6: Většina respondentů se bez ohledu na typ školy nepovažuje za budížkničemu (akceptovány jsou odpovědi ne a spíše ne).
- Předpoklad 7: Oblíbenější si připadají studenti střední odborné školy (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano).
- Předpoklad 8: Většina respondentů se domnívá, že má kolem sebe dobré přátele (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano).
- Předpoklad 9: Většina respondentů má kolem sebe lidi, kteří je podporují v jejich snech (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano).
- Předpoklad 10: Více si za svými životními sny jdou studenti střední odborné školy než studenti středního odborného učiliště (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano).
- Předpoklad 11: Pokračovat v dalším vzdělávání po ukončení školy chtějí spíše studenti střední odborné školy než studenti středního odborného učiliště (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano).
- Předpoklad 12: Pozitivněji nahlíží na svoji budoucnost spíše studenti střední odborné školy než studenti středního odborného učiliště (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano).
- Předpoklad 13: Studenti střední odborné školy vědí spíše, co od života chtějí, než studenti středního odborného učiliště (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano).
- Předpoklad 14: Svoje budoucí povolání mají vybrané spíše studenti střední odborné školy než studenti středního odborného učiliště (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano).
- Předpoklad 15: Většina studentů má pocit, že si svoje budoucí povolání vybrali dobře (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano).

Na základě kvantitativního výzkumného šetření se podařilo potvrdit tyto předpoklady:

V souvislosti s výzkumnou otázkou je třeba definovat i předpoklady. Ty byly nastaveny takto:

- Předpoklad 1: Lepší pojetí z hlediska přitažlivosti mají studenti střední odborné školy než studenti středního odborného učiliště.
- Předpoklad 2: Lepší pojetí z hlediska slušnosti mají studenti posledního ročníku střední odborné školy než studenti posledního ročníku středního odborného učiliště.

- Předpoklad 3: Lepší pojetí z hlediska pořádnosti mají studenti posledního ročníku střední odborné školy než studenti posledního ročníku středního odborného učiliště.
- Předpoklad 5: Většina respondentů má bez ohledu na typ školy dobré rodinné zázemí (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano).
- Předpoklad 6: Většina respondentů se bez ohledu na typ školy nepovažuje za budižkničemu (akceptovány jsou odpovědi ne a spíše ne).
- Předpoklad 8: Většina respondentů se domnívá, že má kolem sebe dobré přátele (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano).
- Předpoklad 9: Většina respondentů má kolem sebe lidi, kteří je podporují v jejich snech (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano).
- Předpoklad 10: Více si za svými životními sny jdou studenti střední odborné školy než studenti středního odborného učiliště (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano).
- Předpoklad 11: Pokračovat v dalším vzdělávání po ukončení školy chtějí spíše studenti střední odborné školy než studenti středního odborného učiliště (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano).
- Předpoklad 12: Pozitivněji nahlíží na svoji budoucnost spíše studenti střední odborné školy než studenti středního odborného učiliště (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano).
- Předpoklad 13: Studenti střední odborné školy vědí spíše, co od života chtějí, než studenti středního odborného učiliště (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano).
- Předpoklad 15: Většina studentů má pocit, že si svoje budoucí povolání vybrali dobře (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano).

Naopak tři předpoklady kvantitativní výzkumné šetření zamítlo. Konkrétně se jednalo o tyto předpoklady:

V souvislosti s výzkumnou otázkou je třeba definovat i předpoklady. Ty byly nastaveny takto:

- Předpoklad 4: Pečlivější jsou obecně studenti technických oborů než studenti netechnických oborů.
- Předpoklad 7: Oblíbenější si připadají studenti střední odborné školy (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano).

- Předpoklad 14: Svoje budoucí povolání mají vybrané spíše studenti střední odborné školy než studenti středního odborného učiliště (akceptovány jsou odpovědi ano a spíše ano).

Další částí výzkumného šetření byla část věnující se kvalitativnímu výzkumu. Kvalitativního výzkumu se zúčastnili 4 respondenti.

Těm byly položeny čtyři otázky:

1. Mám dobré rodinné zázemí?
2. Považujete se za budižkničemu?
3. Jsem v kolektivu oblíbený/oblíbená?
4. Mám kolem sebe lidi, kteří mě podporují v mých snech?
5. Chci pokračovat v dalším vzdělávání po ukončení této školy?
6. Vím, co od života chci?

Na základě kvalitativního výzkumného šetření vedeného formou rozhovorů bylo zjištěno, že sebepojetí je ovlivněno několika faktory. K těm nejvýznamnějším patří:

- rodinné zázemí,
- vzory v rodině a
- finanční postavení rodiny.

Z rozhovorů, které proběhly s vybranými respondenty, tyto faktory vyplynuly zcela jasně. Na nich podstatně závisí, jaký typ školy si člověk vybere a jak se bude životem ubírat dál, což souvisí s jeho sebepojetím.

Výzkumné šetření tedy odpovědělo, jak kvantitativním, tak kvalitativním výzkumem na výzkumnou otázku a je možné ho pokládat za důležité zjištění v oblasti pojetí adolescentů na různých typech škol.

Tuto práci je vhodné uzavřít myšlenkou Liv Ullmanové, která říká, že *„je dobrý pocit, když se člověk oprostí od přání žít tak, jak si přeje okolí. Když lépe pozná sám sebe a porozumí*



*důvodům svých potřeb. Když vidí jasněji motivaci druhých a v ní své vlastní obavy a nejistotu.“*<sup>138</sup>

---

<sup>138</sup> PRAŠKO, Ján. *Jak vybudovat a posílit sebedůvěru*. s. 9.

## SEZNAM TABULEK, GRAFŮ A OBRÁZKŮ

Obrázek 1 Maslowova pyramida potřeb.....	12
Obrázek 2 Okno Johari.....	27
Obrázek 3 Faktory ovlivňující životní plán člověka .....	41
Obrázek 4 Porovnání jednotlivých typů dotazování .....	49
Tabulka 1 Považujete se za přitažlivou osobu? .....	65
Tabulka 2 Považujete se za slušnou osobu? .....	67
Tabulka 3 Považujete se za nepořádnou osobu? .....	69
Tabulka 4 Považujete se za pečlivou osobu? .....	71
Tabulka 5 Mám dobré rodinné zázemí? .....	73
Tabulka 6 Považujete se za budižkničemu? .....	75
Tabulka 7 Jsem v kolektivu oblíbený/oblíbená? .....	77
Tabulka 8 Mám kolem sebe dobré přátele?.....	79
Tabulka 9 Mám kolem sebe lidi, kteří mě podporují v mých snech?.....	81
Tabulka 10 Jdu si za svými životními sny?.....	82
Tabulka 11 Chci pokračovat v dalším vzdělávání po ukončení této školy?.....	84
Tabulka 12 Vidím svoji budoucnost pozitivně?.....	86
Tabulka 13 Vím, co od života chci? .....	88
Tabulka 14 Mám vybrané svoje budoucí povolání?.....	90
Tabulka 15 Cítím, že jsem si svoje budoucí povolání vybral/vybrala dobře? .....	92
Tabulka 16 Jste chlapec nebo dívka? .....	94
Tabulka 17 Jaký typ školy studujete?.....	96
Tabulka 18 Na jaké škole studujete? .....	97
Graf 1 Považujete se za přitažlivou osobu?.....	66
Graf 2 Považujete se za slušnou osobu? .....	68

Graf 3 Považujete se za nepořádnou osobu? .....	70
Graf 4 Považujete se za pečlivou osobu? .....	72
Graf 5 Mám dobré rodinné zázemí? .....	74
Graf 6 Považujete se za budižkničemu? .....	76
Graf 7 Jsem v kolektivu oblíbený/oblíbená? .....	78
Graf 8 Mám kolem sebe dobré přátele? .....	80
Graf 9 Mám kolem sebe lidi, kteří mě podporují v mých snech? .....	81
Graf 10 Jdu si za svými životními sny?.....	83
Graf 11 Chci pokračovat v dalším vzdělávání po ukončení této školy?.....	85
Graf 12 Vidím svoji budoucnost pozitivně?.....	87
Graf 13 Vím, co od života chci?.....	89
Graf 14 Mám vybrané svoje budoucí povolání? .....	91
Graf 15 Cítím, že jsem si svoje budoucí povolání vybral/vybrala dobře?.....	93
Graf 16 Jste chlapec nebo dívka? .....	95
Graf 17 Jaký typ školy studujete? .....	96
Graf 18 Na jaké škole studujete?.....	98

## ZDROJE

### České publikace:

ARMSTRONG, Michael a Stephen TAYLOR. *Řízení lidských zdrojů: Moderní pojetí a postupy*. 13. vydání. Praha: Grada Publishing, a. s., 2015. ISBN 978-80-247-9882-0.

BLATNÝ, Marek et al. *Psychologie osobnosti: Hlavní témata, současné přístupy*. 1. vydání. Praha: Grada Publishing, a.s., 2010, 301 s. ISBN 978-80-247-3434-7.

DEVITO, Joseph. *Základy mezilidské komunikace*. 6. vydání. Praha: Grada Publishing, a.s., 2008, 502 s. ISBN 978-80-247-2018-0.

DISMAN, Miroslav. *Jak se vyrábí sociologická znalost*. 1. dotisk nezměněného 4. vydání. Praha: Karolinum Press, 2011. ISBN 978-80-246-1966-8.

GOLEMAN, Daniel. *Jak se stát skutečným lídrem*. 1. vydání. Praha: Grada Publishing, a.s., 2015, 176 s. ISBN 978-80-7359-784-9.

HELUS, Zdeněk. *Úvod do psychologie*. 1. vydání. Praha: Grada Publishing, a.s., 2011, 317 s. ISBN 978-80-247-3037-0.

HENNIG, Gudrun. *Transakční analýza*. 1. vydání. Praha: Grada Publishing, a.s., 2008, 317 s. ISBN 978-80-247-1363-2.

HERDMAN, T. Heather. *Ošetrovatelské diagnózy: Definice & klasifikace 2012 – 2014*. 1. vydání. Praha: Grada Publishing, a.s., 2013, 584 s. ISBN 978-80-247-4328-8.

HLAĐO, Petr. *Profesní orientace adolescentů: Poznatky z teorií a výzkumů*. 1. vydání. Brno: Konvoj, s. r. o., 2012, 140 s. ISBN 978-80-7302-165-8.

HOLÁ, Lenka et al. *Mediace a možnosti využití v praxi*. 1. vydání. Praha: Grada Publishing, a. s., 2013. ISBN 978-80-247-4109-3.

HUDEČEK, Jaroslav. *Hodnotové orientace v motivační sféře osobnosti: Rozpravy Československé akademie věd. Řada společenských věd.* 1. vydání. Praha: Academia, 1986, 95 s. ISSN 0069-2298.

CHROMÝ, Jan. *Práce s empirickými daty.* 1. vydání. Praha: Karolinum Press, 2014, 76 s. ISBN 978-80-246-2801-1.

JEDLIČKA, Richard et al. *Pedagogická psychologie pro učitele: Psychologie ve výchově a vzdělávání.* 1. vydání. Praha: Grada Publishing, a.s., 2018, 528 s. ISBN 978-80-271-2164-9.

KAŇÁKOVÁ, Eva. *Jak efektivně vést porady.* 1. vydání. Praha: Grada Publishing, a.s., 2008, 169 s. ISBN 978-80-247-1625-1.

KOZEL, Roman et al. *Moderní metody a techniky marketingového výzkumu.* 1. vydání. Praha: Grada Publishing, 2011. ISBN 978-80-247-7298-1.

MELGOSA, Julián. *Umění výchovy dítěte.* 1. vydání. Praha: Advent-Orion, 2003, 195 s. ISBN 80-7172-613-3.

NENÁDAL, Jaroslav et al. *Moderní management jakosti.* 1. vydání. Praha: Management Press, 2017. ISBN 978-80-7261-392-2.

NOVÁK, Tomáš. *Asertivitou k sebedůvěře.* 1. vydání. Praha: Grada Publishing, a.s., 2011, 135 s. ISBN 978-80-247-3757-7.

NOVÁK, Tomáš. *Jak vychovat sebevědomé dítě.* 1. vydání. Praha: Grada Publishing, a.s., 2013, 136 s. ISBN 978-80-247-7291-2.

OREL, Miroslav et al. *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů.* 1. vydání. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2016, 205 s. ISBN 978-80-244-4991-3.

PRAŠKO, Ján. *Jak vybudovat a posílit sebedůvěru.* 1. vydání. Praha: Grada Publishing, a.s., 2007, 254 s. ISBN 978-80-247-1352-6.

ROGGE, Jan-Uwe. *Puberta.* 1. vydání. Praha: Albatros Media, a.s., 2018, 248 s. ISBN 978-80-266-1280-3.

SEDLÁČKOVÁ, Daniela. *Rozvoj zdravého sebevědomí žáka*. 1. vydání. Praha: Grada Publishing, a.s., 2009, 128 s. ISBN 978-80-247-6235-7.

SIGMUNDOVÁ, Dagmar a Erik SIGMUND. *Trendy v pohybovém chování českých dětí a adolescentů*. 1. vydání. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2015, 160 s. ISBN 978-80-244-4840-4.

STUHLÍK, Robert. *Tým snů*. 1. vydání. Praha: Grada Publishing, a.s., 2008, 160 s. ISBN 978-80-247-6127-5.

TAHAL, Radek et al. *Marketingový výzkum: Postupy, metody, trendy*. 1. vydání. Praha: Grada Publishing, 2017. ISBN 978-80-271-9867-2.

TURECKIOVÁ, Michaela. *Klíč k účinnému vedení lidí: Odemkněte potenciál svých spolupracovníků*. 1. vydání. Praha: Grada Publishing, a.s., 2007, 128 s. ISBN 978-80-247-0882-9.

VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: Dětství a dospívání*. 1. vydání. Praha: Karolinum Press, 2012, 536 s. ISBN 978-80-246-2153-1.

VYSEKALOVÁ, Jitka et al. *Chování zákazníka*. 1. vydání. Praha: Grada Publishing, a.s., 2011, 356 s. ISBN 978-80-247-3528-3.

WILLIS, Ethan a Randy GARN. *Jak mít život pod kontrolou*. 1. vydání. Praha: Grada Publishing, a.s., 2012, 142 s. ISBN 978-80-247-4231-1.

#### Zahraniční publikace:

HATTIE, John. *Self-Concept*. 2. vydání. New York: Psychology Press, 2014, 320 s. ISBN 978-0-898-59629-8.

PICHÉRE, Pierre et al. *Maslow's Hierarchy of Needs: Gain vital insights into how to motivate people*. 1. vydání. Namur: 50 Minutes, 2015, 25 s. ISBN 978-2-8062-6587-6.

Internetové zdroje zahraniční:

JONIKAS, Jessica A. et al: *This is your life! Creating your self-directed life plan*. [online]. Copyright © [cit. 31.10.2019]. Dostupné z <http://www.cmhsrp.uic.edu/download/sdlifeplan.pdf>.

Mini Literature Review of Self-Concept. *ResearchGate | Find and share research* [online]. Copyright © ResearchGate 2019. All rights reserved. [cit. 02.12.2019]. Dostupné z: [https://www.researchgate.net/publication/315101634\\_Mini\\_Literature\\_Review\\_of\\_Self-Concept](https://www.researchgate.net/publication/315101634_Mini_Literature_Review_of_Self-Concept).